

2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国”全国大学生外语能力大赛 (上海赛区) 通 知

为深入贯彻党的二十大和二十届历次全会精神，贯彻落实《教育强国建设规划纲要（2024—2035 年）》，深入推进《习近平谈治国理政》多语种版本进高校、进教材、进课堂（简称“三进”）工作，深化高校外语教育改革，培养高素质国际传播人才，推进高水平对外开放，促进文明交流互鉴，为构建人类命运共同体积极贡献力量，在上级主管部门指导和支持下，现举办 2026 “外研社·国才杯”“理解当代中国”全国大学生外语能力大赛上海赛区比赛（简称“大赛”）。现将有关事项通知如下。

一、大赛宗旨

(一) 深化“三进”工作，创新课程思政

以大赛为引领，深入推进“三进”工作，坚定“四个自信”。赛题有机融入《习近平谈治国理政》多语种版本、《习近平总书记教育重要论述讲义》多语种版本、党的二十大报告多语种版本、《教育强国建设规划纲要（2024—2035 年）》多语种版本、“理解当代中国”多语种系列课程以及相关时政文献等重要内容。创新课程思政模式，将价值塑造、知识

传授和能力培养融为一体，切实推动“三进”工作落地落实。

（二）推进教育改革，检验教学成果

以大赛为动力，推动外语知识体系、课程体系、教材体系和教学研究体系创新。持续深化外语教育教学改革，推动学科交叉融合，助力“四新”建设，构建高质量育人育才体系。大赛综合考查外语听说读写译等多项应用能力，检验高校“三进”教学成果，促进外语教育与“四新”建设双向赋能，培养有家国情怀、有全球视野、有专业本领的复合型拔尖创新人才。

（三）讲好中国故事，服务国际传播

以大赛为平台，展现可信、可爱、可敬的中国形象，展现积极向上、奋斗激扬的青年力量。大赛依托各类媒体平台，促进院校交流与成果传播，不断提升高校参与度、社会认知度和国际关注度，组织高校青年学子运用多种语言向国际社会生动阐释中国之路、中国之治、中国之理，广泛传播中国主张、中国智慧、中国方案，为推动中国更好走向世界、世界更好了解中国作出积极贡献。

二、大赛赛制

大赛设置**英语组、多语种组和国际中文组**三大组别，覆盖英语、俄语、德语、法语、西班牙语、阿拉伯语、日语、意大利语、葡萄牙语、韩国语和国际中文共11个语种。

英语组和多语种组采用校级初赛（校赛）、省级复赛（省赛）、全国决赛（国赛）三级赛制。英语组设置国际传播综

合能力、笔译、短视频、“四新”专项四个赛项，其中国际传播综合能力赛项在校赛和省赛阶段设置综合能力和演讲两个分赛项。多语种组各语种不设置分赛项，考查外语综合运用能力。国际中文组采用省赛、国赛两级赛制，设置中文短视频赛项，考查来华留学生的中文综合运用能力。

注：英语组口译赛项改为隔年举办，下一次举办为 2027 年。

三、参赛资格

(一) 英语组

上海市普通高等学校全日制在校本科生和硕士研究生，包括来华留学生。

(二) 多语种组

上海市普通高等学校全日制在校本科生和硕士研究生。

(三) 国际中文组

上海市普通高等学校全日制来华留学生（含专科、本科、研究生），以及各类来华留学进修生。

***获得往届“外研社·国才杯”“理解当代中国”全国大学生外语能力大赛国赛冠、亚、季军的选手不得继续参加该语种该赛项比赛。**

四、参赛要求

参赛作品须弘扬正能量，践行社会主义核心价值观，不得含有任何违反《中华人民共和国宪法》及其他法律法规的内容。参赛选手应确保对作品拥有完整的著作权，保证作品不侵犯他人著作权及其他一切合法权益，且未参加过同类赛

事。作品须为原创，严禁使用生成式人工智能（AIGC）工具生成全部或核心创作内容。比赛全程严禁任何形式的作弊、抄袭等违规行为。如违反上述任一要求，组委会有权取消该选手的参赛及获奖资格，并由选手承担一切法律责任。

五、组织机构

（一）大赛由北京外国语大学主办，外语教学与研究出版社（简称“外研社”）承办。2026 年英语组“四新”专项赛由浙江大学、中国人民解放军陆军军医大学、中国农业大学、对外经济贸易大学协办。

（二）大赛设立组织委员会（简称“大赛组委会”），负责大赛组织工作。

主办单位：外语教学与研究出版社

上海市大学英语教学研究会

承办单位：上海财经大学

协办单位：北京外研在线数字科技有限公司

北京外国语大学中国外语测评中心

主办单位、承办单位与协办单位共同组成 2026 “外研社·国才杯”“理解当代中国”全国大学生外语能力大赛（上海赛区）组委会，负责制定大赛的章程和赛题。大赛日常工作由组委会秘书处承担。

组委会名单如下：

主 任：

陈永捷 上海市大学英语教学研究会会长

副主任：

颜湧波 外语教学与研究出版社

委员：

上海市各普通本科院校外国语学院院长、

外语院系负责人

秘书长：

李琳 外语教学与研究出版社

六、赛程安排

校赛：6月至10月，由各院校自行组织。院校须于本地规定的省赛报名截止时间前在大赛官网（<https://ucc.fltrp.com>）完成本校参赛选手名单确认、获奖名单提交，并填报省赛晋级名单。

上海赛区（市赛）：

英语组：综合能力、演讲、笔译赛项于2026年10—11月，由上海财经大学承办；短视频赛项、“四新”专项赛由上海赛区组委会组织，大赛组委会线上承办。

多语种组和国际中文组：由外研社线上承办。

大赛各赛项比赛方案见附件。

国赛：10月至12月，由北京外国语大学主办，外研社承办，相关院校协办。

七、奖项设置及晋级名额

校赛：设置金、银、铜奖，获奖比例见附件。

上海市赛：

英语组演讲赛项：各本科院校每校最多推选 2 人（其中本科公外至少 1 人）。

英语组综合能力赛项：各本科院校每校最多推选 4 人。（其中本科公外至少 2 人）。

英语组笔译赛项：各本科院校每校最多推选 2 人参赛。

英语组短视频赛项：各本科院校每校最多推选 8 支队伍参赛。

英语组“四新”专项赛：各本科院校每校最多推选 8 支队伍参赛。

多语种组：详见附件。

*获得 2025 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛国赛优秀组织奖的学校，英语组和多语种组各赛项晋级市赛名额可在现基础上各增加 1 个名额。

*2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛（上海赛区）承办学校，英语组各赛项晋级市赛名额可在现基础上各增加 1 个名额。

市赛外卡通道：为促进大赛优秀选手与国才卓越考生之间的交流学习，同时也为更多优秀学子提供参赛机会，参加 2025 年 11 月、2026 年 6 月和 8 月国际人才英语考试（简称国才考试）且成绩符合以下标准的考生，可参与市赛外卡通道，每位考生只能选择一个赛项参与。

演讲外卡：获得中级优秀、高级合格及以上、高端合格

及以上的考生，可参与演讲市赛外卡通道。组委会将根据全市考生的口头沟通能力量表分由高到低取前 5 名发放外卡晋级名额，考生经审核后直接晋级上海市赛。

综合能力、笔译外卡：获得中级优秀、高级合格及以上、高端合格及以上的考生，可参与综合能力、笔译市赛外卡通道。组委会将根据全市考生的书面沟通能力量表分由高到低取前 15 名（其中综合能力 10 名，笔译 5 名）发放外卡晋级名额，考生经审核后直接晋级上海市赛。

上海市赛设置金、银、铜奖，获奖比例及晋级国赛人数详见各赛项方案。上海市赛另设置指导教师奖，各赛项每位选手/每支参赛队伍限设置 3 名指导教师。

国赛外卡通道：

英语组国际传播综合能力赛项：2025 年 10 月至 2026 年 11 月之间，获得国才考试高级合格及以上、高端合格及以上、高翻（笔译）合格及以上、高翻（交传、同传）合格及以上证书的考生，可申请进入国赛外卡通道。组委会根据申请考生的分数，由高到低取前 80 名晋级国赛（分数相同时，按申请先后排序）。

英语组笔译赛项：2025 年 10 月至 2026 年 11 月之间，获得国才考试高翻（笔译）合格及以上证书的考生，经组委会审核后可晋级国赛。

八、上海市晋级国赛名额

根据全国大赛组委会规定，上海市各语种各赛项晋级国

赛名额（含国才外卡赛和优秀组织奖名额）如下：

（一）英语组

演讲 14 人；综合能力 28 人；笔译 15 人；短视频 18 支队伍；“四新”专项赛 38 支队伍。

（二）多语种组

俄语 4 人；德语 5 人；法语 5 人；西班牙语 3 人；阿拉伯语 2 人；日语 10 人；意大利语 2 人；葡萄牙语 2 人；韩国语 3 人。

九、市赛结果公示

市赛结束后，组委会将对竞赛结果进行为期三天的公示。公示期内如有异议，请以书面方式实名向竞赛组委会反映，并提供必要的证据材料以便核实查证。

联系人：李琳

邮箱：lilin2020@fltrp.com

十、联系方式

大赛官网：<https://ucc.fltrp.com>

大赛公众号：外研社国才杯外语能力大赛

可查询大赛通知、赛事资讯，获取备赛资源。

联系人：李琳

联系电话：18701495299

十一、其他

本通知所涉及内容的最终解释权，归“外研社·国才杯”“理解当代中国”全国大学生外语能力大赛（上海赛区）大

赛组委会所有。

附件：1. 2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛英语组比赛方案（含演讲、综合能力、笔译、短视频、“四新”专项赛）

2. 2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛多语种组比赛方案（含俄语、德语、法语、西班牙语、阿拉伯语、日语、意大利语、葡萄牙语、韩国语）

3. 2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛国际中文组（来华留学生中文短视频大赛）比赛方案

“外研社·国才杯” “理解当代中国”
全国大学生外语能力大赛上海赛区组委会

2026 年 6 月

附件 1-1:

2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛上海赛区 英语组演讲赛项方案

一、大赛宗旨

引导当代大学生理解当代中国，深入领会习近平新时代中国特色社会主义思想的核心要义，深刻认识当代中国的发展与成就，向国际社会分享中国改革与发展的经验与智慧；切实提高学生的语言实践能力与综合素养，提升学生的国际传播能力；推动高校英语教学改革与创新，为培养堪当民族复兴大任的高素质国际化外语人才作出贡献。

二、大赛内容

赛题涵盖习近平新时代中国特色社会主义思想核心内容，涉及经济建设、政治建设、文化建设、社会建设和生态文明建设等领域的重要话题，考查形式包括定题演讲、即兴演讲、回答问题等。部分赛题素材选自《习近平谈治国理政》第一卷、第二卷、第三卷、第四卷、第五卷，《习近平总书记教育重要论述讲义》《教育强国建设规划纲要（2024—2035 年）》、高等学校《理解当代中国》系列教材和《理解当代中国 核心术语学习手册》（汉英对照）等。

三、大赛安排

定题演讲题目：**China in the Garden of Civilizations**（文明

百花园，中国共芳华）

赛题视频详见：<https://ucc.fltrp.com/upload/resources/video/2026/03/21/161208.mp4>。

(一) 校赛

参赛注册：大赛官网于 2026 年 6 月 2 日起开放参赛报名页面。所有参赛选手须于本校规定的报名截止时间前，在大赛官网“选手报名/参赛”页面注册报名。

组织方式：各参赛院校可自行组织选拔。参赛院校须指定校赛管理员，负责大赛官网中的本校赛务管理工作。

比赛时间：2026 年 10 月 12 日前。

比赛题目：院校可自行组织演讲能力考查，题目可参考国赛定题演讲题目，也可由院校自行命制，具体安排由参赛院校决定。

晋级名额：各本科院校每校最多推选 2 人晋级市赛（其中本科公外至少 1 人）。

*获得 2025 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛国赛优秀组织奖的学校和 2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛（上海赛区）承办学校，演讲赛项晋级市赛名额可在现基础上各增加 1 人。

(二) 上海市赛

初赛时间：2026 年 10 月 16 日。

初赛题目：**China in the Garden of Civilizations**（文明百花园，中国共芳华）

初赛形式：选手线上提交视频，参赛选手需录制 3 分钟定题演讲视频，于 2026 年 10 月 16 日 12 点前将参赛视频、演讲文稿上传至百度网盘（上传个人参赛作品文件名称为“学校名+选手姓名”，时效设置为永久有效。文件均保留原有格式，不可压缩。需确认上传的资料完整、视频能正常播放。）并填写问卷星报名表：<https://v.wjx.cn/vm/heNLzo4.aspx#>。初赛选拔前 30 名选手晋级复赛。

复赛时间：2026 年 10 月 31 日。

复赛形式：即兴演讲+回答问题。

复赛地点：上海财经大学。

四、奖项设置

（一）校赛

选手奖项：设置金、银、铜奖，获奖比例分别为本校参赛选手人数的 5%、15%、25%。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每位选手的指导教师数量不超过 3 名。

（二）上海市赛

选手奖项：设置金奖 14 名、银奖 16 名、铜奖若干。金奖获奖选手晋级国赛。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每位选手的指导教师数量不超过 3 名。

附件 1-2:

2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛上海赛区 英语组综合能力赛项方案

一、大赛宗旨

引导当代大学生理解当代中国，深入领会习近平新时代中国特色社会主义思想的核心要义，深刻认识当代中国的发展与成就，向国际社会分享中国改革与发展的经验与智慧；切实提高学生的语言实践能力与综合素养，提升学生的国际传播能力；推动高校英语教学改革与创新，为培养堪当民族复兴大任的高素质国际化外语人才作出贡献。

二、大赛内容

赛题涵盖习近平新时代中国特色社会主义思想核心内容，涉及经济建设、政治建设、文化建设、社会建设和生态文明建设等领域的重要话题，考查形式包括阅读、写作、翻译、演讲等。部分赛题素材选自《习近平谈治国理政》第一卷、第二卷、第三卷、第四卷、第五卷，《习近平总书记教育重要论述讲义》《教育强国建设规划纲要（2024—2035 年）》、高等学校《理解当代中国》系列教材和《理解当代中国 核心术语学习手册》（汉英对照）等。

三、大赛安排

(一) 校赛

参赛注册：大赛官网于 2026 年 6 月 2 日起开放参赛报名页面。

所有参赛选手须于本校规定的报名截止时间前，在大赛官网“选手报名/参赛”页面注册报名。

组织方式：各参赛院校可组织学生参加大赛组委会举办的全国统一线上初赛，也可自行组织选拔。参赛院校须指定校赛管理员，负责大赛官网中的本校赛务管理工作。

比赛时间：2026 年 10 月 16 日前。大赛组委会于 2026 年 10 月 11 日上、下午各举办一场全国统一线上初赛，院校可选择其中一场参加。

比赛题目：全国统一线上初赛赛题由大赛组委会提供，包括客观题若干道和议论文写作 1 篇。院校可自行组织演讲能力考查，题目由院校自行命制。

晋级名额：各本科院校每校最多推选 4 人晋级市赛（其中本科公外至少 2 人）。

*获得 2025 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛国赛优秀组织奖的学校和 2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛（上海赛区）承办学校，综合能力赛项晋级市赛名额可在现基础上各增加 1 人。

(二) 上海市赛

笔试比赛时间：2026 年 10 月 24 日。

比赛内容：综合能力分赛项笔试赛题由大赛组委会提供，包

括客观题若干道、汉译英 1 篇、议论文写作 1 篇。
参赛选手还需录制 3 分钟定题演讲视频（题目同演讲赛项：**China in the Garden of Civilizations**），
于 2026 年 10 月 20 日 12 点前将参赛视频、演讲文稿上传至百度网盘（上传个人参赛作品文件名称为“学校名+选手姓名”，时效设置为永久有效。文件均保留原有格式，不可压缩。需确认上传的资料完整、视频能正常播放。）并填写问卷星报名表：<https://v.wjx.cn/vm/PpWYtP9.aspx#>。综合能力分赛项选手最终成绩由笔试成绩和演讲成绩构成，笔试成绩占比 70%，演讲成绩占比 30%。

比赛地点：上海财经大学。

四、奖项设置

（一）校赛

选手奖项：设置金、银、铜奖，获奖比例分别为本校参赛选手人数的 5%、15%、25%。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每位选手的指导教师数量不超过 3 名。

（二）上海市赛

选手奖项：设置金奖 28 名、银奖 40 名、铜奖若干。金奖获奖选手晋级国赛。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每位选手的指导教师数量不超过 3 名。

附件 1-3:

2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛上海赛区 英语组笔译赛项方案

一、大赛宗旨

引导当代大学生理解当代中国，将习近平新时代中国特色社会主义思想的学习与高阶翻译能力培养有机融合，通过考查对习近平新时代中国特色社会主义思想关键术语和中华思想文化术语的翻译及阐释、对不同文体语篇特点的把握、对相关翻译策略及原则的运用，增强学生国际传播意识，增进对国际传播基本规律的理解，进一步提升外译能力，助力构建中国特色话语体系，为培养胸怀祖国、政治坚定、业务精湛、融通中外、甘于奉献的高端“中译外”翻译人才作出贡献。

二、大赛内容

笔译赛题考查汉英互译能力，涉及经济建设、政治建设、社会建设、文化建设、生态文明建设等领域的重要话题，涵盖习近平新时代中国特色社会主义思想核心内容，包括语言基本能力考查、习近平新时代中国特色社会主义思想关键术语和中华思想文化术语的翻译及阐释、中国时政文献语篇翻译、文学作品选篇翻译、译后编辑、新闻编译等。部分赛题素材选自《习近平谈治国理政》第一卷、第二卷、第三卷、

第四卷、第五卷，《习近平总书记教育重要论述讲义》《教育强国建设规划纲要（2024—2035 年）》、高等学校《理解当代中国》系列教材和《理解当代中国 核心术语学习手册》（汉英对照）等。

三、大赛安排

（一）校赛

参赛注册：大赛官网于 2026 年 6 月 2 日起开放参赛报名页面。所有参赛选手须于本校规定的报名截止时间前，在大赛官网“选手报名/参赛”页面注册报名。

组织方式：各参赛院校可组织学生参加大赛组委会举办的全国统一线上初赛，也可自行组织选拔。参赛院校须指定校赛管理员，负责大赛官网中的本校赛务管理工作。

比赛时间：2026 年 10 月 16 日前。大赛组委会于 2026 年 10 月 11 日举办全国统一线上初赛，院校可报名参加。

比赛题目：全国统一线上初赛赛题由大赛组委会提供，包括客观题若干道、英译汉（非文学翻译）1 篇、汉译英（非文学翻译）1 篇。院校也可自行命题。

晋级名额：各本科院校每校最多推选 2 人晋级市赛。

*获得 2025 “外研社·国才杯”“理解当代中国”全国大学生外语能力大赛国赛优秀组织奖的学校和 2026 “外研社·国才杯”“理解当代中国”全国大学生外语能力大赛（上海赛区）承办学校，笔译赛项晋级市赛名额可在现基础上各增加 1 人。

(二) 上海市赛

比赛时间：2026 年 10 月 24 日。

比赛题目：习近平新时代中国特色社会主义思想关键术语和
中华思想文化术语翻译及阐释若干道、英译汉（非
文学翻译）1 篇、汉译英（非文学翻译）1 篇。赛
题由大赛组委会提供。

比赛地点：上海财经大学。

四、奖项设置

(一) 校赛

选手奖项：设置金、银、铜奖，获奖比例分别为本校参赛选手人数的 5%、15%、25%。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每位选手的指导教师数量不超过 3 名。

(二) 上海市赛

选手奖项：设置金奖 15 名、银奖 20 名、铜奖若干。金奖获奖选手晋级国赛。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每位选手的指导教师数量不超过 3 名。

附件 1-4:

2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛上海赛区 英语组短视频赛项方案

一、大赛宗旨

引导当代大学生理解当代中国，深入领会习近平新时代中国特色社会主义思想的核心要义，加深对中国理论和中国实践的认识，能够用鲜活、形象、生动的短视频向国际受众立体呈现中国改革与发展的经验与智慧；培养语言综合运用能力、思辨能力、创新能力、跨文化沟通能力、团队协作能力和数字媒体素养等；推动高校英语教学改革与创新，增强中华文明传播力影响力，为培养堪当民族复兴大任的高素质国际化外语人才作出贡献。

二、大赛内容

参赛选手围绕本年度比赛主题“数说中国”制作原创短视频，视频时长不超过 3 分钟，须配中英双语字幕。

三、作品要求

1. 参赛作品须遵守中华人民共和国相关法律法规，符合《网络短视频内容审核标准细则》相关要求，内容积极向上，传播社会正能量。

2. 禁止一稿多投，确保参赛作品在历史上或同期未曾参加其他赛事，且从未在大赛要求的渠道外公开发表。

3. 参赛作品为个人或团队创作的原创作品，确保作品版权明晰无争议，包括但不限于创意、画面、配乐、音效、特效、字体版权及肖像授权等。参赛作品画面如引用他人素材或由 AI 生成，须在画面左上角进行标注。

4. 作品旁白须为参赛选手配音的英语音频，不可使用人工智能语音、剪辑软件字幕配音等。

5. 作品中不得出现参赛院校名称及图标、选手姓名及指导教师姓名等信息，也不可添加大赛要求外的其他水印。

6. 参赛作品右上角需插入大赛图标。扫描下方二维码下载图标，并查看图标插入要求。



短视频赛项作品要求及评分标准详见 https://mp.weixin.qq.com/s/AZl5kG1_VmEzQ1tehvz74A。

参赛选手须严格按照以上作品要求参赛，否则组委会有权取消作品参赛资格及所获奖项。以上作品要求追溯有效。

四、大赛安排

参赛形式：选手可选择个人参赛或团队参赛。团队参赛单支队伍不超过 5 人，不可跨校组队。每位选手仅可参与 1 个作品，一经发现违规，则取消该选手及选手所在团队的参赛资格。

(一) 校赛

参赛注册：大赛官网于 2026 年 6 月 2 日起开放参赛报名页面。参赛选手须于本校规定的报名截止时间前，在大赛官网“选手报名/参赛”页面注册报名、提交作品链接。如以团队形式参赛，须由队长注册报名。

组织方式：各参赛院校自行组织选拔。参赛院校须指定校赛管理员，负责大赛官网中的本校赛务管理工作。

作品提交方式：选手须在指定平台 <https://www.bilibili.com> 上传参赛作品后至大赛官网填写报名信息。

比赛时间：2026 年 6—9 月。

晋级名额：各本科院校每校最多推选 8 支队伍晋级市赛。

*获得 2025 “外研社·国才杯”“理解当代中国”全国大学生外语能力大赛国赛优秀组织奖的学校和 2026 “外研社·国才杯”“理解当代中国”全国大学生外语能力大赛（上海赛区）承办学校，短视频赛项晋级市赛名额可在现基础上各增加 1 支队伍。

(二) 上海市赛

组织方式：上海赛区组委会组织，外研社线上承办。

比赛时间：参赛院校校赛管理员须于 9 月 21 日前在大赛官网（<https://ucc.fltrp.com>）提交省赛选手名单。

五、奖项设置

(一) 校赛

选手奖项：设置金、银、铜奖，获奖比例分别为本校参赛队伍数量的 5%、15%、25%。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每支参赛队伍的指导教师数量不超过 3 名。

(二) 上海市赛

选手奖项：设置金奖 18 个、银奖 30 个、铜奖若干。金奖获奖选手晋级国赛。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每支参赛队伍的指导教师数量不超过 3 名。

附件 1-5:

2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛上海赛区 英语组 “四新” 专项赛方案

一、大赛宗旨

引导当代大学生深入领会习近平新时代中国特色社会主义思想的核心要义，关注“四新”领域的全球发展与中国成就，用跨学科视角分析前沿领域动态，用外语精准阐释中国理念与实践，提升专业融合能力、学术表达能力、思辨创新能力与国际传播能力，通过促进外语教育与“四新”建设双向赋能，推动高等外语教育创新发展，提高人才自主培养质量，培养堪当民族复兴大任的国际化拔尖创新人才。

二、大赛内容

考查外语综合运用能力及“四新”相关学科素养，要求选手从中国立场和全球视角理解并阐释“四新”领域的中国方案与中国实践，考查形式包括英文研究报告撰写及汇报等。

三、大赛安排

参赛形式：选手可选择个人参赛或团队参赛。团队参赛单支队伍不超过 5 人，不可跨校组队。每位选手仅限参与一个研究项目，一经发现违规，则取消该选手及选手所在团队的参赛资格。

(一) 校赛

参赛注册：大赛官网于 2026 年 6 月 2 日起开放参赛报名页面。所有参赛选手须于本校规定的报名截止时间前，在大赛官网“选手报名/参赛”页面注册报名。如以团队形式参赛，须由队长注册报名。

组织方式：各参赛院校自行组织选拔，建议分学科进行评审。参赛院校须指定校赛管理员，负责大赛官网中的本校赛务管理工作。

比赛时间：6—9 月，院校校赛管理员须于 9 月 21 日前在大赛官网 (<https://ucc.fltrp.com>) 填报市赛晋级名单。

比赛题目：可设置英文研究报告撰写及汇报、回答问题等形式，具体安排由参赛院校决定。

晋级名额：各本科院校每校最多推选 8 支队伍晋级市赛，单个学科晋级上海市赛的名额原则上不得超过该校晋级名额总数的 50%（例如：新工科晋级队伍不超过 4 支）。

*获得 2025 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛国赛优秀组织奖的学校和 2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛（上海赛区）承办学校，“四新” 专项赛晋级市赛名额可在现基础上各增加 1 支队伍。

(二) 上海市赛

组织方式：上海赛区组委会组织，大赛组委会承办全国统一线上省赛。省赛分学科进行评审。

比赛内容：提交一份 2000—3000 词的英文研究报告，并于

指定时间在线回答 2 个问题。参赛选手应选取一个真实、具体的全球性议题，基于充分调研，结合专业知识，提出具有可行性的中国方案（如人工智能、智慧康养、生态农业、科技考古等领域）。英文研究报告应体现以下思路：1）发现问题：介绍选题背景与意义，提出拟解决的问题；2）分析问题：介绍调研方法、调研步骤及主要调研结果，基于调研结果分析问题；3）解决问题：提出解决方案，体现学理性、创新性、跨学科性和可操作性，并概述预期成果。英文研究报告要求及评分标准详见 https://mp.weixin.qq.com/s/TaG5G4a_pz6b2QLLZtsTOQ。

比赛时间：2026 年 9 月 16—23 日，提交英文研究报告；在线回答问题时间见大赛组委会后续通知。

比赛方式：登录大赛指定系统提交作品并回答问题。

四、奖项设置

（一）校赛

选手奖项：设置金、银、铜奖，获奖比例分别为本校参赛队伍数量的 5%、15%、25%。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每支参赛队伍的指导教师数量不超过 3 名。

（二）上海市赛

选手奖项：设置金奖 38 个、银奖、铜奖若干。金奖

获奖项目晋级国赛，各学科晋级国赛的名额按照上海市赛各学科参赛队伍数量占比进行分配。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每支参赛队伍的指导教师数量不超过 3 名。

附件 2:

2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛上海赛区 多语种组比赛方案

一、大赛宗旨

引导当代大学生理解当代中国，深入领会习近平新时代中国特色社会主义思想的核心要义，关注国内国际时事，加深对中国理论和中国实践的认识，能够用中国理论解释中国实践；加深对中国特色话语体系的理解，能够向国际受众分享中国改革与发展的经验与智慧；学会用中国理论观察和分析当代中国的发展与成就，培养语言综合运用能力、跨文化能力、思辨能力、创新能力等，提高用外语讲好中国故事的能力；推动高校多语种教学改革与创新，为培养堪当民族复兴大任的高素质国际化外语人才作出贡献。

二、大赛内容

赛题涵盖习近平新时代中国特色社会主义思想核心内容，涉及经济建设、政治建设、文化建设、社会建设和生态文明建设等领域的重要话题，考查形式包括阅读、写作、演讲、汉外笔译、汉外口译等。部分赛题素材选自《习近平谈治国理政》第一卷、第二卷、第三卷、第四卷，《习近平总书记教育重要论述讲义》、党的二十大报告、《教育强国建设规划纲要（2024—2035 年）》和高等学校《理解当代中国》

系列教材等。

三、大赛安排

(一) 校赛

参赛注册：大赛官网于 2026 年 6 月 2 日起开放参赛报名页面。参赛选手须在大赛官网的“选手报名/参赛”页面注册报名。

组织方式：各参赛院校自行组织选拔。参赛院校须指定校赛管理员，负责大赛官网中的本校赛务管理工作。

比赛时间：6—9 月，院校校赛管理员须于 9 月 21 日前在大赛官网填报省赛晋级名单。

比赛题目：可设置阅读、写作、演讲、汉外笔译、汉外口译等形式，赛题由参赛院校自定。

晋级名额：俄语、德语、法语、西班牙语、阿拉伯语、日语、韩国语各校选拔 4 名选手晋级上海市赛，意大利语、葡萄牙语各校选拔 3 名选手晋级上海市赛。

*获得 2025 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛国赛优秀组织奖的学校和 2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛（上海赛区）承办学校，多语种组各语种晋级市赛名额可在现基础上各增加 1 人

(二) 上海市赛

组织方式：外研社线上承办。

比赛时间：2026 年 10 月 11 日。

比赛题目：包括综合试卷及定题演讲（2 分钟）两部分。综

合试卷包括阅读客观题、汉外笔译、写作，赛题由大赛组委会提供。

比赛方式：登录大赛指定系统作答。

四、奖项设置

(一) 校赛

选手奖项：(供参考)设置金、银、铜奖，获奖比例分别为本校参赛选手人数的 5%、15%、25%。

指导教师奖项：(供参考)获奖选手的指导教师获得相应奖项，每位选手的指导教师数量不超过 3 名。

(二) 上海市赛

选手奖项：设置金、银、铜奖，获奖比例分别为参赛选手总数的 10%、20%、30%。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每位选手的指导教师数量不超过 3 名。

附件 3:

2026 “外研社·国才杯” “理解当代中国” 全国大学生外语能力大赛上海赛区 国际中文组（来华留学生中文短视频大赛） 比赛方案

一、大赛宗旨

引导来华留学生结合自身文化背景、经历与见闻，理解当代中国，了解中国改革与发展成就，加深对中国理论和中国实践的认识，读懂中国发展背后的深层逻辑；帮助来华留学生在进一步提高中文水平的同时以短视频呈现有温度、富含精神力量的中国故事，推动文明互鉴，促进民心相通；推动高校国际中文教学改革与创新，为培养熟练掌握中文、适应国际经济及社会发展的专业人才，为深化各国人民友谊，推动构建人类命运共同体作出贡献。

二、大赛内容

参赛选手结合自己的亲身体验和跨文化交流经历，围绕本年度比赛主题“数说中国”制作原创短视频，视频时长 3—5 分钟，须配中文字幕，可自定小标题。

三、作品要求

1. 作品须为横版录制，分辨率为 1280×720 及以上，视频格式为 MPG、MPEG、AVI、MOV、WMV、MP4 等。

2. 参赛作品须遵守中华人民共和国相关法律法规，符合

《网络短视频内容审核标准细则》相关要求，内容积极向上，传播社会正能量。

3. 禁止一稿多投，确保参赛作品在历史上或同期未曾参加其他赛事，且从未在大赛要求的渠道外公开发表。

4. 参赛作品为个人或团队创作的原创作品，确保作品版权明晰无争议，包括但不限于创意、画面、配乐、音效、特效、字体版权及肖像授权等。参赛作品画面如引用他人素材或由 AI 生成，须在画面左上角进行标注。

5. 作品旁白须为参赛选手配音的中文音频，不可使用人工智能语音、剪辑软件字幕配音等。

6. 作品中不得出现参赛院校名称及图标、选手姓名及指导教师姓名等信息，也不可添加大赛要求外的其他水印。

7. 参赛作品右上角需插入大赛图标。扫描下方二维码下载图标，并查看图标插入要求。



参赛选手须严格按照以上作品要求参赛，否则组委会有权取消作品参赛资格及所获奖项。以上作品要求追溯有效。

四、大赛安排

参赛形式：选手可选择个人或团队任一形式参赛。团队参赛

单支队伍不超过 5 人（团队成员均须为来华留学生），不可跨校组队。每位选手仅可提交 1 个作

品，一经发现违规，则取消该选手及选手所在团队的参赛资格。每个参赛作品需指定指导教师。

(一) 上海市赛

组织方式：外研社线上承办。

比赛时间：6—10月。

比赛报名：大赛官网于2026年6月2日起开放参赛报名页面。参赛选手须将作品上传至网盘，作品以“省份+学校+队长中文姓名”命名，有效期设置为“永久有效”；同时须于9月21日前在大赛官网的“选手报名/参赛”页面注册报名，填写作品网盘链接和提取码（如有）。如以团队形式参赛，须由队长注册报名。

五、奖项设置

(一) 省赛

选手奖项：设置金、银、铜奖，获奖比例由上海赛区组委会决定。

指导教师奖项：获奖选手的指导教师获得相应奖项，每位选手的指导教师数量不超过3名。

注：以上比赛方案将根据实际情况进行适当调整，以赛前公布方案为准。