附件 1

“读懂中国”活动作品要求

一、内容要求

**（一）紧扣主题**

2020 年是全面建成小康社会的收官之年。在全面建成小

康社会的历史征程中，广大“五老”既是参与者，也是见证

者。他们在加强社会主义民主与法制建设、推动经济发展、

繁荣社会主义文化、建设美丽中国，特别是科技创新、人才

培养、精准扶贫等方面，为全面建成小康社会做出了不平凡

的贡献，有精彩的故事和深刻的感悟；在新冠疫情防控中，

积极发挥优势、主动担当作为，在防疫技术研究、防疫常识

宣讲、青少年心理咨询、家庭教育指导等方面，为疫情防控

工作做出了独特贡献，彰显了中国自信、中国精神、中国力

量。作品要紧扣“全面小康，奋斗有我”这一主题，深入挖

掘、记录、展示、宣传“五老”在参与全面建成小康社会，

特别是参与抗疫斗争中的奋斗历程、感人事迹和真实感悟。

**（二）立意明确**

要从小处切入，以小见大，突出“五老”人物事迹，注

重发现最伟大的小事、最平凡的奇迹、最日常的奋斗和最具

体的全面，强调故事性和细节描述，以“五老”的个体经历

反映出全面建成小康社会道路中的伟大成就以及疫情防控

中彰显的中国共产党领导和中国特色社会主义制度的显著

优势，切忌写成“五老”个人简历。

**（三）内容真实**

记录的“五老”在作品制作时应健在，个人经历须真实

可查、有相关资料证明。

二、其他要求

**（一）征文作品**

**1.文体要求：**记叙文

**2.语言要求：**通顺流畅、表达清晰、可读性强

**3.字数要求：**不超过2000字

**（二）微视频作品**

**1.形态风格**

**节目形态**：专题片、微纪录

**视频格式**：MP4（不得低于 15M 码流）

**视频标准**：1920×1080（无损高清格式）

**节目风格**：用艺术手法拍摄制作校园专题片、微纪录等，

画面构图完整清晰、镜头有设计感、拍摄手法丰富，故事内

容真实有效。

**时间要求：**不超过 5 分钟

**2.拍摄要求**

应为受访者配戴无线话筒进行收音，切忌直接使用摄像

机进行录音。

摄像机使用前应调整白平衡，若是室外拍摄，每 1-2 小

时应进行一次白平衡调整。

拍摄过程中，保持机身水平，画面构图平衡稳定，推、

拉、摇、移镜头要稳，速度匀速，跟上焦点；考虑不同景别

的搭配，尽量避免画面中出现高光点，以免因画面反差较大，

影响效果；拍摄有特征的全景镜头，能清晰辨认出事件发生

的地点；尽量多拍摄，拍摄时长要远远多于实际用时长。

拍摄结束时，应多录几秒再停机，为剪辑留出余地。

**3.解说要求**

用直白的语言文字叙述；有起承转合，设置高潮或合理

安排突出主题；贴近观众的心理，有身临其境的感觉，忌太

过公文化、报道痕迹过重。

**4.技术要求**

**画面要求**：统一为全高清（1920×1080）16:9 制式，上

下不要有黑遮幅；注意保持清晰、干净；有字幕。

**音频要求**：节目声道分为 1 声道（解说、同期声），2

声道（音乐、音效、动效）；最高电频不能超过“-8dB(VU)”，

最低电频不能低于“-12dB(VU)”。

**字幕要求**：对白、旁白和解说等均须加配中文字幕。用

字准确无误，不使用繁体字、异体字、错别字；字幕位置居

中，字体字号为黑体 60 号，字边要加阴影；字幕应与画面

有良好的同步性。

**资料运用**：片中一旦涉及到非本校拍摄、不属于拍摄团

队创作的视频素材，一律要在画面右上角注明“资料”字样。

“资料”字体字号为黑体 65 号，字边要加阴影。