**2022年学校“秀出健康，青春绽放”心理健康教育月活动（4）**

**“我秀我健康 一起向未来”脱口秀大赛活动通知**

**一、活动目的**

心理健康教育是学校对大学生进行全面素质教育的重要基础之一，举办脱口秀活动，意为全校学生营造关注心理健康、了解心理健康、重视心理健康的氛围，为学生搭建培育优秀心理品质、提高心理素质、展现自我能力的平台，全方位地加强对我校学生的心理健康教育，让参与者从脱口秀创作中挖掘自身潜能，调适身心状态，展示积极健康心态，也让观看者从中产生共鸣、引发思考。

**二、活动主题**

“我秀我健康 一起向未来”脱口秀大赛。

**三、活动对象**

全体在校学生。

**四、活动时间**

|  |  |
| --- | --- |
| **时间** | **活动安排** |
| 2022年4月15日-4月20日 | 活动宣传筹备 |
| 2022年4月21日-5月10日 | 作品收集 |
| 2022年5月11日-5月15日 | 作品评审 |
| 2022年5月16日-5月25日 | 结果公示及颁奖典礼 |

**五、活动要求**

**（一）作品内容**：参赛者紧扣“我秀我健康，一起向未来”主题，以**单人站立脱口秀**为形式围绕心理健康主题进行创作表演（俗称“讲段子”），并制作“脱口秀小视频”，以此展示学生积极乐观的心态，宣传普及心理健康知识。

**（二）作品要求**：（1）参赛者个人参赛，独立创作表演。（2）标题鲜明，内容健康，须为原创，杜绝抄袭。（3）“脱口秀小视频”时间5分钟以内，带字幕；分辨率不低于1080p；码率高于10M；视频大小500MB以内；格式仅限MP4，AVI，MOV；稳定拍摄，录音清晰，画面整洁。

**（三）报送要求** ：报送材料包括**参赛登记表**（附件一）、**“脱口秀小视频”**及**视频配套word文本**（要求：1000字以内，标题（含副题）居中、宋体、小三号、加粗，正文宋体、四号，全文（含标题行）采用1.25倍行距，文末注明作者及所在二级学院）三项材料，**每个学院2-3个作品**，文件命名为“脱口秀名称+二级学院名称”以二级学院为单位，2022年5月7日前发送至邮箱：[137606806@qq.com。](mailto:137606806@qq.com。)

**（四）版权声明：**提交的脱口秀作品授权活动方使用，包括印刷、制作光盘、展览、宣传等，不做商业用途。

**六、奖项设置**

本次比赛作品由学校心理健康教育与咨询中心教师、各二级学院心理兼职教师、教师代表及学生代表共同从仪表形象、演讲内容和语言艺术三个方面进行评分。根据参赛作品的平均分，评出以下奖项：一等奖2个，奖金200元；二等奖3个，奖金150元；三等奖4个，奖金120元；优秀创作奖6个，奖金100元。同时，本次参赛作品将在公众平台进行线上投票，获得票数最高的作品将获得最佳人气奖，奖金200元。

本次比赛评选结束后，活动方将进行优秀作品展播并举行颁奖仪式，一等奖作品将被推荐参选上海学校心理健康教育活动月特色项目——优秀脱口秀。

**七、 联系方式**

联系人： 王 倩

联系电话： 13052356729

**主办单位：学工部 心理健康教育与咨询中心**

**承办单位：经济与管理学院 “心语南苑”心理工作站**

**2022年4月15日**

附件一

**2022年“秀出健康，青春绽放”心理健康月**

**“我秀我健康 一起向未来”脱口秀大赛参赛登记表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **二级学院** |  | | |
| **选手姓名** |  | **手机号码** |  |
| **电子邮箱** |  |
| **指导教师** |  | **手机号码** |  |
| **电子邮箱** |  |
| **脱口秀名称** |  | | |
| **作品简介（300字以内）** |  | | |