附件 4

“爱生活，爱自己”心理微电影大赛活动方案

一、活动意义

为丰富心理健康教育宣传月的主题活动，鼓励大学生借由镜头关注自我和身边人的生活现状，为大学生提供发现、思考以及解决自身问题的思维方式，学生工作部（处）学生心理健康教育与咨询中心举办“爱生活，爱自己”心理微电影大赛。具体要求如下:

二、活动主题

爱生活，爱自己

三、活动时间

2021 年 4 月 23 日——5 月 25 日

四、活动对象

山西大学全日制本科生、研究生

五、作品要求

1.作品需为原创，自编、自导、自演，围绕主题展开。

2.作品时长控制在 8-10 分钟以内，符合电影创作的基本要求，符合本届心理健康月主题，能真实反映大学生生活，内容积极向上。

3.视频要求采用 MP4 格式，分辨率要求标清，内容精炼，画面清晰，语音字幕同步，背景音乐使用合理，情节完整，通俗易懂。

六、奖项设置

特等奖：1 名；一等奖：2 名；二等奖： 5 名；三等奖：10 名；优秀奖：若干。

七、其他要求

电子档作品需以文件夹的压缩形式，以参赛者学院、姓名和作品名称为命名，于2021年5月25日之前发送至：sdxlzx@sxu.edu.cn。

学生工作部（处）

学生心理健康教育与咨询中心

2021年4月23日