**附件一**

**活动安排表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **项目名称** | **时间** | **地点** | **承办单位** | **负责人** |
| 1 | 心理委员团体辅导技能培训 | 4月22日 | 三校区 | 心理健康教育办公室 | 冯敏驰  方力 |
| 2 | “心旅之路 由你发声”  ——心理美文征文比赛 | 4月25日——5月20日 | 三校区 | 人文学院 | 曹小娇  方力 |
| 3 | “最美微笑”征集大赛 | 5月25日——6月10日 | 三校区 | 心理健康教育办公室  农学院 | 汤瑞瑞 |
| 4 | 心理健康知识技能大赛 | 4月底——5月初 | 三校区 | 心理健康教育办公室 | 冯敏驰 |
| 5 | 我与花儿共成长 | 4月23日——6月10日 | 三校区 | 心理健康教育办公室  园艺学院 | 欧居湖  王均 |
| 6 | “心语亲情”  心理微影像比赛 | 4月25日——5月25日 | 三校区 | 心理健康教育办公室 | 尹子臣  方力 |
| 7 | 健心运动会 | 5月——6月 | 雅安校区 | 体育学院 | 匡薇 |
| 8 | 心理游园活动 | 5月25日 | 三校区 | 心理健康教育办公室 | 冯敏驰  方力 |
|  | | | | | |

**附件二**

**“心旅之路，由你发声”心理美文征文比赛方案**

为帮助我校学生学会善待自我、关爱他人、健康成才，共创和谐校园，进一步提高我校学生心理健康水平，特举办此次心理美文征文比赛。现将相关事宜通知如下：

1. **活动时间**

2018年4月25日至5月20日

1. **活动对象**

全校本科生

1. **活动主题**

心旅之路，由你发声

1. **活动环节**

（1）4月25日-4月27日：各学院宣传此次活动至各小班

（2）4月28日-5月10日：同学们根据主题，自主创作

（3）5月10日-5月13日：各学院收集并评选出1-2篇优秀文章发送至人文学院指定邮箱：rwxy\_zlb@163.com。

（4）5月15日-24日：佳作评选

（5）5月25日：公示比赛结果

1. **推荐**

（一）从进入川农到现在，你如何在心理上从一名高中生转变成为一名大学生，如何逐步适应大学生活；

（二）和谐的心理需要主动的自我调适，当你遭遇人际交往、学业、情感、贫困、就业等挫折时，你曾有过何种心情故事，又是如何重新认识自我、调控自我、悦纳自我；

（三）谈谈自己经历挫折或困境的心理历程中，你是如何在他人的帮助下重新站起来，或者如何在心理咨询与辅导下逐渐走出心理困境。

1. **征文要求**

（一）参赛作品题目自定，文体不限（诗歌除外），字数在800——1500字，作品必须是作者原创，不得抄袭，一经发现立即取消参赛资格；

（二）参赛作品紧密围绕征文主题，内容积极向上，作者通过讲述自身真实的故事，向读者传递正能量，引导同学们学会更好地感恩生活，培养良好的心理素质和心理承受能力；

（三）参赛作品格式：题目（小三，黑体，加粗，居中），正文（小四，宋体，行距22磅），题目下方请注明：学院、班级、姓名、联系方式。

1. **奖项设置**

一等奖：2名，颁发证书及奖金500元；

二等奖：4名，颁发证书及奖金300元；

三等奖：4名，颁发证书及奖金200元；

优秀奖若干，颁发证书和纪念品。

**附件三**

**“最美微笑征集大赛”活动方案**

微笑是一种积极的生活态度，爱生活的人懂得用微笑去传递善意，每一张笑脸的背后都有一段与众不同的故事，蕴藏着小心动，传递着正能量。生命之路就像一根紧绷的弦，我们时常忽略了身边的微笑。那么，为何不停下繁忙的脚步，试着去找寻一些曾经被我们忽略的感动？结合四川农业大学第十五届“5.25心理健康教育活动月”活动要求，营造和谐向上、青春阳光的校园文化氛围，特举办“最美微笑征集大赛”活动。

1. **活动主题**

最美微笑

1. **活动对象**

四川农业大学全体学生

**三、活动目的：**

1、通过参赛者讲述每一张笑脸背后的故事，展现各种不同人物故事和情感，传递正能量。

2、帮助同学们树立正确的身心健康观念，让他们学会用微笑面对生活，用乐观武装自身，用感动温暖他人，借此缓解他们所面临的压力，坚定他们对生活的热情和希冀

**四、活动时间及地点：**

设点宣传时间：2018年5月25日 地点：食堂小广场

征集作品时间：2018年5月25日至2018年5月31日。

微信投票时间：2018年6月2日至2018年6月4日。

食堂评选时间：2018年6月7日 地点：食堂小广场

**五、承办单位：**农学院

**六、活动内容：**

**活动流程**

征集选拔时间：2018年5月25日至2018年5月31日。

报名方式：设点宣传时报名；或通过网络报名参加。

**【参选作品要求】**

1.围绕微笑主题进行摄影创作，投稿作品讲求思想性与艺术性并重，作品风格不限，彩色黑白不限。每人只能提交一张单幅照片，请勿拼图或剪接。照片应保持清晰，且无令人反感或违反当地法律和风俗的信息图案。

2.提交的参选作品的同时，须包含：作品题目、作品背后的故事（字数在100至200字之间）；并自行设计图片和文字的编排，力求美观整洁，打印在A4纸大小纸张上，说明文字规范为宋体小四号字体。投稿时需同时上交WORD电子档和纸质档。作品应保留拍摄地点、作者真实姓名、联系方式等信息。

3.对作品规格无明确规定，但应达到可以印刷的基本要求，建议在300万像素以上，提交照片采用jpg格式。主办方不对参选作品进行修改。

4.所有参选作品必须为原创摄影作品，没有侵犯他人(包括照片中被摄人)的肖像权及其他权利，一切剽窃转载的作品一经发现，立即取消参选资格，并由参选者本人承担因此引起的一切法律后果。

5. 参选作品不可进行电脑合成，但可以使用制图软件进行照片的尺寸、对比、明暗、色彩的调整，请保留作品的原始数据。

6. 如果获奖结果公布后，因为作者提供的信息或联系方式有误，无法联系到作者本人，后果由参选者本人自行承担。

**【参选规则】**

1.所有参选作品在上传后，需通过主办方的审核，主办方有权删除和停止发布不符合活动举办宗旨各项要求的投稿作品。

2.主办方不承担因参选作品所致的，包括但不限于肖像权、名誉权、隐私权、著作权、商标权等纠纷而产生的法律责任。 如果入选作品在使用中产生任何第三人主张权利，由参选者本人承担因此引起的一切法律后果。

3.作品的著作权属于相关制作人，但所有参选者在上传作品的同时即被视为已明确同意活动主办者拥有在各种媒体、出版物及互联网上使用、出版、传播、复制、演示、展览、表演、印刷、分发该作品的权利(保留创作者信息)。

4.参选者不能一稿多投。活动结束后，入围获奖作品及被活动摄影作品集收录的作品所有权均转为主办方和创造者共有。未入围及收录的作品在比赛结束后可自行处理。

5.本次活动不收取参选费用，所有作品提交后，不再退还，请自留底稿。

6.本次活动实行作品评选结果公开制度，最终获奖的部分作品与入选作品的作者名单及获奖作品将在学校公布。

7.参加本次活动即视为认可本活动各项规则。

**【声明】**

1.参选者若违反本规则的任何条款，主办方有权立即取消其参选资格，并承担由此而产生的相关民事责任，同时保留进一步追究损害赔偿的权利。

2.本次活动主办方保留对此次征选活动的一切最终解释权。

**【评选方式】**

评选分为网络评选、观众评选和专家评选。

1.5月25日至5月31日征集参赛作品。

2.6月2日至4日进行微信投票。决出总票数前二分之一者进入下一轮：食堂小广场的展示与观众评选。

3.6月7日食堂小广场设点进行现场投票，根据各照片获得票数选出前二十名进入最后一轮评选：专家评选。

4.6月8日邀请学生处心理健康教育办公室、学院教师代表进行最后评选打分。

5.统计最后剩下的20位作品的微信票数、观众投票数和教师打分，按照3:3:4的权重折算作品总成绩，前6名获得奖励。

6.6月9日-6月11日将票数公布在官方微博、微信上公示3天。

7.6月13日短信通知参赛人员其结果并发放奖励。

**【奖项设置】**

一等奖（1名）：500元+获奖证书

二等奖（2名）：300元+获奖证书

三等奖（3名）：100元+获奖证书

**最美微笑征集大赛作品评分表**

1. 评分细则：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目** | **评分细则** | **分值** | **评分** |
| **背景故事** | 切合题意 | 5分 |  |
| 故事具有感染力，是否传递正能量 | 20分 |
| 作品令人印象深刻 | 5分 |
| 排版合理 | 15分 |
| **摄影作品** | 主题明显且紧扣比赛的主题，准确表达主题内容、寓意。 | 20分 |  |
| 构图较完美。整个作品看起来均衡、稳定、有规律。 | 10分 |
| 色彩鲜艳、饱和、丰满，层次分明，有较强的感染力。 | 10分 |
| 对焦清晰，曝光正确。主题突出，细节明了。 | 10分 |
| **评委加分项** |  | 5分 |  |
| **总体得分** | | |  |

二、评分流程：

1.网络评选:于作品展示同时开展微信投票。选出票数前二分之一者进入下一环节。

2.观众评选：在食堂小广场展示时同时进行现场投票，选出得票前二十的进入最终评选。

3、评委老师按照评分标准进行打分。

4、将微信票数、观众投票数和教师打分，按照3:3:4的权重折算作品总成绩，前6名获得奖励。

**附件四**

**心理技能大赛方案**

为普及心理健康知识，掌握心理相关技能，为了各小班心理委员巩固心理常识，推动心理健康教育活动的进一步开展，学生处决定举办心理技能大赛。具体方案如下：

**一、主题 ：掌握心理技能，创建美好班级**

**二、活动对象**

四川农业大学三校区17级小班心理委员（必须参加）

四川农业大学三校区其余年级小班心理委员（自愿参加）

**三、活动时间及地点**

决赛：4月底-5月初

**四、活动形式**

（1）本次活动针对心理委员，活动分为初赛和决赛，初赛为线下笔试，决赛为计分竞赛。报名方式为在线上报名，单人报名（可同时提交多人报名的表格。会建立一个QQ群，加群报名），报名表格：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓名 | 学号 | 学院 | 班级 | 联系方式 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**五、奖项设置**

奖项设置：一等奖1名，奖金400元，二等奖2名，奖金300元，三等奖3名，奖金200元，优秀奖若干，奖金100元。所有获奖者将颁发证书。

**附件五**

**“我与花儿共成长”活动方案**

花儿，是充满希望的植物，需要精心养育才能绽放。结合我校专业，为提高我校学生心理健康水平，特此举办“我与花儿共成长”， 活动，现将相关事宜通知如下：

**一、主题 ：我与花儿共成长**

**二、活动对象 :**全校学生

**三、合作单位：**园艺学院

**四、活动时间**

2018年4月-6月

**五、活动环节：**

（1）4月23日-4月25日：领取花盆和花种的参与活动的同学填写测评表。

（2）4月25日-6月5日：养花。

（3）6月7日：参与同学再次填写测评表。

（4）6月8日：参与评比

**六、**评分标准：

1、前提：种子要发芽，并存活下来。

2、总共15分

①基础分10分：发芽4分、小叶子5-6分、大叶子7-8分、花苞9分、开花10分。

②加分5分：在联络群或说说中有分享自己养花的照片或感想等加1分；养花记录情况（多种形式，如日记、照片、写生等）加4分。

**七、比赛奖励：**

1、根据情况若花成功长大且状态较好的评出一等奖一名，二等奖两名，三等奖三名并发放不同奖励。

2、其他参与者给予参与奖。

**附件六**

**“心语亲情”心理微影像比赛方案**

为丰富校园文化生活，推动心理健康教育活动的进一步开展，学生处决定举办2018年心理微影像大赛。具体方案如下：

**一、主题 ：**心语亲情

**二、参赛对象**

全校同学。同学须通过学院或校级学生团体组织报名参赛，每个学院限报3个作品，院、校级学生团体组织限报1个作品。

**三、参赛要求**

1.内容健康向上，符合主题；反映大学生与家人的亲情关系。

2.参赛作品和作品登记表电子版、纸质版一起于5月25日前交到学生处心理健康教育办公室。

雅安校区：综合楼223室 电话：2882646

成都校区：1教113室 电话：86293186

都江堰校区：5206学工部办公室 电话：87111755

3.作品要求

①作品时长：2—5分钟。

②作品格式：限于MP4、WMV、AVI、VOB、RMVB等主流格式。

③作品不局限于电影形式，各种影像表现形式均可。

**四、评分标准（满分100分）**

主题20分。主题明确，有启示意义。

内容20分。能充分反映大学生与家人的亲情互动。

剧情30分。内容具有感染力，具有感召力，充分体现亲情互动，展现亲情关系。

技术效果30分。画面清晰，拍摄的取景、角度和编排合理，过渡流畅。语音、背景音、效果音、配乐以及音乐对内容的表现力俱佳。

**五、奖项设置**

1.组织奖：一等奖1名，奖金1000元；二等奖2名，奖金800元；三等奖3名，奖金600元；优秀奖若干，奖金400元。

2.作品奖：一等奖1名，奖金1000元；二等奖2名，奖金800元；三等奖3名，奖金600元。

**六、活动声明**

1.作品须由参赛者本人创作，不得抄袭，对于因作品引发的权利纠纷主办方不承担任何责任。

2.作品一经上交即视为同意主办方拥有作品使用权，如：校内展播、教学演示等。

**“心语亲情”心理微影像作品登记表**

|  |  |
| --- | --- |
| **作品名称** |  |
| **报送单位** |  |
| **时间长度** |  |
| **主创人员** |  |
| **负责人** |  |
| **联系电话及QQ** |  |
| **作品简介** |  |
| **学院或校级学生团体组织**  **意见** |  |