关于举办重庆文理学院第四届“我爱我，从微笑开始”微笑大赛主题活动的通知

各学院：

微笑是治愈心灵是良药，有90%的心理疾病是可以通过“开心”进行治愈的。微笑，会让你不惧生活的挫折；微笑，会让你变得自信；微笑，会让你收获友谊。青春绽放着如花般的笑颜，笑可以传递给人们力量，可以融化人们心中的冰雪。漫漫长路，我们用微笑战胜困境和磨难，又沿着微笑走出了曲折和迷惘，微笑似阳光温暖着我们，似雨露滋润着心灵，同时也留住了岁月的美丽。

**一、活动意义及目的**

　习近平总书记指出：“要健全社会心理服务体系和疏导机制、危机干预机制，塑造自尊自信、理性平和、亲善友爱的社会心态。”健康个体心理是积极社会心态的重要构成部分，而由灾难引发的特定群体心理问题及其灾后恢复，疏导群众心理，实现身心平衡。抗击新冠肺炎疫情期间，党中央高度重视群众心理健康和疫情心理疏导问题，强调“加强心理干预和疏导，有针对性做好人文关怀”。在即将迎来的5月8日——第74个世界微笑日，希望通过本次微笑主题活动，让我们看到口罩下同学们一张张美丽的笑脸，治愈同学们的心灵，鼓舞同学们抗击疫情的决心，同时化解同学们间的隔阂，感受校园的温馨生活。

**二、活动主题**

我爱我，从微笑开始

**三、组织单位**

（一）主办单位

重庆文理学院党委学生工作部

（二）承办单位

共青团重庆文理学院药学院总支部委员会

重庆文理学院药学院关心下一代工作委员会

**四、活动时间**

报名时间：2022年4月 8日—4月13日

作品提交时间：2022年4月14日—4月21日

**五、参加对象**

重庆文理学院全体师生

**六、报名方式**

（一）报名时间

2022年4月8日—2022年4月13日

（二）报名流程

1.比赛采用线上报名的方式。各同学将报名人员信息统计表（附件1）提交给本班级心理委员，由班级心理委员汇总以后的报名人员信息统计表（附件1）交给二级学院心理健康部。二级学院心理健康部于2022年4月15日晚上18：00前将全院报名人员信息统计表（见附件1）打包发送到邮箱3081769742@qq.com ，文件以学院名称命名。

2.请各二级学院心理健康部负责人加群791955350，群里咨询比赛相关事宜。

**七、活动形式及要求**

1.拍照本人或者他人微笑（也可以为绘画素描）。参赛者本人或他人原创照片面部不能有任何遮挡物，特别注意不能有开美颜或滤镜。格式为「4:3」或全屏，照片清晰，作品摆正；内容健康积极，突出微笑主题，能引起观者的共鸣，传递人际之间的“温情”。需认真填写报名表（附件2），将报名表和照片打包，文件夹以照片+学院+作品名+负责人姓名。具体见附件2；

2.拍摄一段关于微笑主题的vlog。征集要求：可以拍摄反映此主题的舞蹈、唱歌、手语、朗诵等原创视频。以个人或团体（2-6人）拍摄vlog时长3-5分钟，视频需要平稳清晰。认真填写报名表（附件2），将视频和报名表打包，文件夹以vlog+学院＋作品名+负责人姓名。具体见附件2；

3.用海报的形式来反映此次主题，海报可以是jpg格式或Word，jpg格式需要提交海报图层文件，以个人或者团体（2-6人）制作，最后提交电子档，不能加滤镜，图片清晰，作品摆正。需填写报名表（附件2），将海报和报名表打包，文档以海报+学院+作品名+负责人姓名。具体见附件2；

**八、活动安排**

1.作品征集：作品征集时间2022年4月14日—4月21日。各学院广泛宣传，大一、大二每个班级至少有1幅作品参与评选，大三年级自愿参加，每人仅限提供一份作品，班级作品数量不设上限。提交内容为作品和报名表（附件2）的文件夹。2022年4月21日前，二级学院心理健康部汇总命名为学院名打包发送到邮箱565042519@qq.com。

2.活动作品初选：2022年4月22日—2022年4月25日进行作品初选及打分，入围作品将进入复选和网络票选环节，

3.活动作品复选：2022年4月26日—2022年4月30日期间，主办方将在“学在重文理” 公众号上组织入围作品的网络票选。

4.成绩计算：个人获奖以个人综合成绩排名先后为依据。成绩由复选成绩、网络成绩和作品简介共同组成，满分为 100 分。 其中，复选成绩由评委打分，满分为100分；网络票选成绩按照名次计分，第一名计满分100 分，第二名计 90 分，第三名计 80 分，第四名计 70 分，第五名至第十名每往后一名递减5 分，之后名次每往后一名递减 2 分。

计算方法：综合成绩=复选成绩×70%+网络票选×20%+作品简介×10%。

**九、奖项设置**

一等奖1名、二等奖2名、三等奖3名、四等奖4个，优秀奖若干名。其中以上奖项获得者由主办部门颁发获奖证书及相应奖品。

（备注：一等奖奖励现金300元，二等奖奖励现金200元，三等奖奖励100元现金，四等奖奖励小米蓝牙随身听音响1个，优秀奖奖励生活礼包一份）

**十、评分标准**

1.照片清晰，内容真实，围绕主题，能传递正能量。(25分)

2.作品简介有感染力，吸引力，能引起同学间的共鸣，体现本次活动“温情”的主题。（25分）

3.仪态仪表符合大学生行为规范，形象气质佳，给人以视觉享受。不可过度使用美颜和贴纸。(25分)

4.整体布局风格美观合理，具有想象力和表现力。能体现微笑具有自我激励和促进人际关系的作用。（25分）

**十一、其他注意事项**

负责人注意报名表的收取，不可遗漏或出现个人信息泄露；负责人要注意筛查参赛信息，不要漏掉参赛人员的报名表；参赛队伍需认真阅读比赛相关要求，报名之后，无特殊理由不得缺席或退出比赛。

**十二、附件**

附件1：“我爱我，从微笑开始”微笑活动报名人员信息统计表

附件2：重庆文理学院“我爱我，从微笑开始”微笑活动报名表

党委学生工作部 2022 年3月25日