**2021年525首都大学生心理健康节之**

**“磨砺青春心向党，生有韧性心有光”寻找心灵好声音**

**一、活动名称**

“磨砺青春心向党，生有韧性心有光”寻找心灵好声音

**二、活动主题：**磨砺青春心向党，生有韧性心有光

**三、活动时间：**4月22日－5月3日

**四、活动地点：**中华女子学院

**五、活动对象：**中华女子学院全体在校大学生。

**六、活动内容**

**（一）模块设置**

比赛模块分为“语言类”、“音乐类”以及“其他类”三个赛道分别征集“好声音”作品进行评奖。

1.音乐类 (可以是原创音乐或歌曲，也可以是自己演绎的经典音乐或歌曲)

2.语言类（一切以言语为主的声音，例如：讲述自己的故事、诗歌朗诵、散文等，言语声音的内容须原创）

3.其他类（上述两类声音以外的其他声音，须为原创，例如：大自然的声音等）

**（二）作品形式**

1.参赛作品：8min以内的音频以“好声音+类别＋作品名+姓名+院系（校区）+联系方式”命名。

2.200字左右的文字描述，版权原创承诺，说明选送这段声音的原因，以word文档的方式，文件命名为“好声音+类别＋作品名+姓名+院系（校区）+联系方式”

**（三）提交方式**

1.标注参赛类别并将音频、文档打包，以压缩以压缩包（.rar格式）提交，总文件夹命名为“好声音+类别＋作品名+姓名+院系（校区）+联系方式”，发送至指定邮箱：3288570057@qq.com ，邮件主题为“好声音+＋类别＋作品名+姓名+院系（校区）+联系方式”

2.提交参赛材料截止日期为5月 3日中午12点前

**（四）评审标准**

1. 精神内涵的“好”：体现社会主义核心价值观，弘扬中国传统文化、积极向上、富有正能量

2. 心理功能的“好”：声音能放松身心、缓解压力，触动/疗愈心灵、增强积极心理体验，唤起幸福感等

3. 音色音质的“好”：音质清晰、音色优美、有感染力、富有美感活动主办方邀请相关专家组成评审委员会。

**七、奖项设置**

参加可加综合测评分数，视参赛作品数量，在校内评选出一、二、三等奖和优秀奖，优异者推选至北京市参加比赛。

中华女子学院心理健康协会

2021年4月22日