

# 重庆工程学院文件

渝工程院学〔2022〕50号

---

## 重庆工程学院 关于开展“10·10世界精神卫生日” 宣传活动的通知

全校各单位：

为宣传普及心理健康知识，增强心理调适能力，防治精神疾病，促进大学生健康成长，根据教育部办公厅发布《关于加强学生心理健康相关文件精神管理工作的通知》（教思政厅函〔2021〕10号），在“10·10世界精神卫生日”到来之际，学校拟开展“10·10世界精神卫生日”主题宣传活动，具体安排如下：

### 一、活动主题

开心向阳光 健康你我他

## 二、活动时间

10月8日至10月31日

## 三、参与对象

全校师生

## 四、举办单位

### (一) 主办单位

学生处、大学生素质教育中心

### (二) 承办单位

心理健康教育与咨询中心

大学生心理助教中心

心理协会

## 五、活动项目

### (一) “关爱心理健康 共筑美好未来”大学生心理健康微课比赛

1.活动时间：10月10日—10月28日

2.参与对象：在校学生均可参加

3.比赛形式：比赛以团队形式组织参赛，每支团队设主讲人1名，表现形式可以采取讲述、演说、情景模拟等。参赛团队自行设定听课对象（如大学生、中小學生、家长、社会公众等），讲课时间不超过10分钟。

4.奖项设置：创作以录制讲课视频形式进行评比，组织专家

评委根据团队提交资料情况进行盲评，成绩由教学设计评审成绩（占 20%）+教学视频评审成绩（占 80%）构成，然后按照参赛队伍数量的前 10%进行评奖，奖金设置：500 元/作品。另凡是参加者均可认证 C 类素质分 5 分/人。（具体方案详见附件 1）

## **（二）“热爱生命 无惧成长”原创 Vlog 创作大赛**

1.活动时间：10 月 10 日—10 月 31 日

2.参与对象：在校学生均可参加

3.比赛形式：提交 3—5 分钟的原创短视频

4.奖项设置：凡是参赛团队成员在规定时间内完成有效作品的，将认证综合素质分 C 类 5 分/人，同时将按照参赛作品总数的前 10%进行评奖，奖金 500 元/作品。（具体方案详见附件 2）

## **（三）“阳光心理”主题班会活动**

1.活动时间：10 月 10 日—10 月 30 日

2.参与对象：全体在校学生

3.奖励办法：以班级为单位参加

由各班心理助教自行组织，提交电子材料（参与者名单、主题班会前期材料、过程性材料、总结性材料等支撑资料）的班级，参与成员均可以认证 C 类素质分 5 分/人。未尽事宜可通过各年级心理助教 QQ 群咨询。

## **（四）“影如心像 微光追行”观影体验活动**

1.活动时间：10 月 9 号晚上 19:00—20:00，

2.活动地点：s 教学楼 401

3.参与对象：2022 级学生

4.报名方式：学工系统

5.奖励办法：观影结束后需在 10 月 14 日前提交一份观影报告至本班心理委员处，由心理委员统一交至办公楼 515 室，字数不少于 400 字，要求原创，否则不予认定素质分。

### **(五)“新学期 心期待”手抄报活动**

1.活动时间：10 月 10 日—10 月 15 日

2.参与对象：2022 级学生

3.提交要求：纸质版手抄报，尺寸统一必须为 A4 大小，白纸，请自行购买；内容要求“新学期，心期待”为主题，在此基础上进行特色创作，做到内容真实，图文并茂，情感温暖。组委会仅收取纸质版的手抄报，由各班心理委员统一于 2022 年 10 月 15 日下午 7 点前汇总上交到办公楼 515 室。

4.命名要求：本活动以个人为单位参赛。作品须注明作者的班级、姓名、学号、学院、作品名称等信息。

5.奖励办法：凡是在规定时间内完成有效作品的将认证综合素质分 C 类 5 分/人，同时将评选优秀作品，并将进行公开展览。

### **(六)“砰然‘新’动”团体沙盘体验活动**

1.活动时间：10 月 8 日 15:00—17:00

2.活动地点：办公楼 501 沙盘游戏室

3.参与对象：2022 级学生

4.报名方式：学工系统

5.奖励办法：参与沙盘游戏体验者，可认证综合素质分 C 类 5 分/人，活动中乐于分享的同学另有精美礼品相赠。

### **(七) “与你的心灵相遇”曼陀罗绘心活动**

- 1.活动时间：10 月 10 日 10:00
- 2.活动地点：办公楼 502 团体活动室
- 3.参与对象：2022 级学生
- 4.报名方式：学工系统
- 5.奖励办法：参与活动认证综合素质分 C 类 5 分/人。

### **(八) 最美“疫”瞬间—生活照片征集展示**

- 1.展示时间：10 月 10 日—10 月 15 日
- 2.参与对象：2022 级学生

3.提交要求：上传电子版，题目自拟，投稿照片不超过 10M，文字描述 100 字左右。内容要求以最美“疫”瞬间为主题，在此基础上进行特色创作，做到内容真实，图文并茂，情感温暖；以个人的形式进行投稿，扫二维码投稿（一经投稿，均视为投稿人自愿将其进行分享）。



- 4.奖励办法：参与活动认证综合素质分 C 类 5 分/人。

## **六、活动说明**

1.请各二级学院高度重视此项活动，积极做好宣传与组织工作。

2.各项活动参与者均可认证综合素质分 C 类 5 分/人，详见各附件。

3.各子活动项目具体内容，南泉校区师生请咨询本班心理助教，双桥校区师生请咨询本班心理委员。

4.未尽事宜，请联络本次活动相关负责人：

南泉校区：张琼（联系电话：17725050009）、杨雷雷（联系电话：13381392353）；

双桥校区：牛漫（联系电话：15310280776）、戈洪鑫（联系电话：13638276240）。

附件：1.“关注心理健康 共筑美好未来”大学生心理微课比赛方案

2.“热爱生命 无惧成长”原创 Vlog 创作大赛方案

3.大学生心理微课比赛报名表

4.大学生心理微课教学设计表

重庆工程学院

2022年10月6日