陕西科技大学镐京学院

第三届大学生心理健康知识竞赛

一、活动目的

为了在大学生中宣传和普及心理健康科学知识，帮助其正确自我认知和学会心理调节，掌握积极应对压力和挫折的心理方法和技术，树立自尊自信、理性平和、积极向上的良好心态。丰富同学们的课余生活，拓展视野，培养大学生对心理学的兴趣和学习热情，广泛宣传心理健康知识和心理咨询技巧，提高广大同学的心理健康及对心理咨询的科学认识，引导我校学生关注心灵世界，以乐观，积极的心态面对学习和生活遇到的种种困难与挑战，携手共创和谐的校园环境，促进我校德育工作的整体构建。

二、活动时间及活动地点

活动地点：陕西科技大学镐京学院教学楼

活动时间：2023年4月3日——4月21日

三、活动对象

全校各年级在校生

四、活动总体安排：

本次竞赛分为两个阶段：

1.第一阶段为初赛——学院选拔赛（4月3日—4月13日）

各二级学院在学院内部进行宣传、动员，通过笔试、推荐、自荐等形式组织开展院级选拔，最终选拔出3名学生组成一支代表队。选拔标准：

（1）对心理学知识有较高的兴趣；

（2）态度端正认真，博闻强记；

（3）有良好的自我展现能力、口语表达能力和临场应变能力；

（4）有一定的抗挫能力和求胜愿望；

（5）有良好的团队协作能力；

（6）希望可以挑战自我，锻炼自我的学生以上条件可放宽。

2.第二阶段决赛——校级选拔赛（4月14日——4月21日）

（1）笔试：采用集中统一考试的方式选拔，各学院派出一名代表队参加笔试，以客观题为主要形式，满分100分，题型为单选题，多选题，判断题、论述题。各学院参赛选手的笔试平均成绩占最后总分的70%，成绩进入总评分；

笔试时间：4月14日 具体时间、地点待定

考试形式：闭卷考试

1. 场内竞答：

第一轮：通过现场抢答环节，取成绩前3名参加第二轮比赛；第二轮：通过主题演讲、情景表演题进行现场比赛。各学院代表队共同参赛，比赛以场内竞答形式进行，现场竞答表现成绩占最后总分的30%。按照累计成绩评选出校级团体一等奖、二等奖、三等奖各1名。

决赛时间：具体时间、地点待定

决赛形式：团体作业，现场答辩

六、场内竞答内容：

**1.抢答环节**

主持人读完题目之后并宣布“开始”后进行抢答，答题不可超过30秒，连续抢答两次无结果后，此题作废。该分值40分共设20题，答对加2分，答错扣1分，各队务必在主持人读完题目并宣布“开始”后举牌进行抢答。在主持人宣布开始之前举牌视为违规,本题作废并且该队扣1分。答题时选手可以互相讨论，由一名队员作答其他选手可以在规定时间内补充，选手答题时间不可超过30秒，从主持人批准答题开始计时，抢答者回答错误后，可在主持人发布“继续抢答”口令后继续作答，连续抢答两次无结果后，此题作废。

**2.主题演讲**

主题演讲按照抽签顺序上台，该环节分值30分，时长5分钟，各团队派出一名代表，脱稿演讲，代表所得分数即为团队所有成员所得分数。(以“逆风直上，向阳而生”为主题开展演讲比赛，题目可自拟，要求选手围绕大学生健康心理和某些心理问题进行演讲，内容积极向上，短小精悍，情感丰富，具有思想性、专业性和艺术性的统一。作品必须是参赛者原创，不得抄袭他人演讲内容。)

**3.情景表演题**

抽签抽取题目，准备时长3分钟，表演时长6-8分钟，该分值30分，团队代表抽签抽取表演题目。

1. 奖项设置

大赛共设团队一等奖、二等奖、三等奖各1，并颁发证书。同时依据大赛表现，组建陕西科技大学镐京学院校队，参加陕西高校第六届大学生心理健康科普知识竞赛。请各二级学院于4月13日前将组队报名表发至邮箱1595172995@qq.com，联系人：马嘉远。

陕西科技大学镐京学院

学生处、心理咨询中心

2023年4月3日