

به نام ایزد یکتا

آیین نامه و مقررات مسابقه

"دانشگاه: شادی، نشاط و سلامتی"

با تاکید بر نقش دانشجوی

آذر الی اسفند ۱۳۹۷



دانشگاه گیلان
معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره



کانون دانشجویی همیاران
سلامت روان



جمهوری اسلامی ایران
وزارت کشور
استاندارداری گیلان
اداره کل امور اجتماعی و فرهنگی

کاری از کانون همیاران سلامت دانشگاه گیلان

دبیرخانه کانون همیاران سلامت روان دانشگاه های منطقه دو برای ایجاد فضای بهتر و مناسبتر برای شناخته تر شدن کانون های همیاران سلامت در دانشگاه ها، شناسایی موضوعات و کم و کاستی های موجود در راستای رسیدن به دانشگاه شاد و سالم و ایجاد انگیزه، شور و نشاط در بین دانشجویان با پیاده سازی یک فضای رقابتی تصمیم بر اجرای مسابقه "دانشگاه شاد و سالم من" در بین دانشجویان همیار دانشگاه های این منطقه دارد. در ادامه جزئیات این طرح توضیح داده شده است.

مسابقه در یک نگاه

مسابقه دانشگاه شاد و سالم من	
بازه زمانی تبلیغات	۱۳۹۷/۰۹/۱۵ الی ۱۳۹۷/۱۱/۳۱
مهلت دریافت آثار	۱۳۹۷/۰۹/۱۵ الی ۱۳۹۷/۱۱/۳۱
نحوه دریافت آثار	کانون های همیاران دانشگاه ها
داوری آثار	۱۳۹۷/۱۲/۰۱ الی ۱۳۹۷/۱۲/۳
اعلام برندگان	۱۳۹۷/۱۲/۰۴

مقدمه

شادی، بودن در حالت خوشحالی، سرور، هیجانانگیز، رضایت از زندگی، فقدان افسردگی و اضطراب یا سایر هیجانانگیز منفی است. نشاط و شادابی، نیز به معنای سرحال بودن، سرزندگی و میل و رغبت به کار است. سلامتی، حالتی از احساس خوب بودن جسمی، روانی و اجتماعی تعریف شده است. شادی، نشاط و سلامتی مفاهیم هیجانی مثبتی هستند که بسیار تحت تأثیر محیط زندگی و شرایط جسمانی و روانی افراد قرار دارند. منابع و عوامل مؤثر بر شادی، نشاط و سلامتی می‌توانند تحت مجموعه عوامل روانی، جسمانی، اجتماعی، اقتصادی، مذهبی و فرهنگی مورد بحث قرار گیرند. جستجوی شادی، نشاط و دوری از رنج خواسته‌ی هر انسان می‌باشد که برای رشد روانی-اجتماعی لازم و مفید است و در مقابل فشارهای روانی و پیشگیری از آسیب به آنان کمک می‌کند. زندگی دوران دانشجویی صرفاً یک دوره تحصیلی نیست و دانشجوی در فرآیندهای متنوع و متعدد رشد و تحول درگیر است. از اینرو جهت بهره‌گیری از ظرفیت بی‌بدیل دانشجویان جهت مشارکت و آگاهی بخشی در حوزه‌ی سلامتی و پیشگیری، ایجاد و تقویت روحیه شاد و با نشاط در دانشجوی و تأثیر بر همسالان در محیط دانشگاه، برگزاری مسابقه‌ی تحت عنوان "دانشگاه: شادی، نشاط و سلامتی" در دستور کار دبیرخانه کانون همیاران سلامت روان دانشگاه‌های منطقه دو قرار گرفت تا با تأکید بر نقش دانشجوی بتواند به اهداف مطرح شده برسد.

اهداف:

- ارتقاء سطح آگاهی دانشجویان در زمینه شادی، نشاط و سبک زندگی سالم
- استفاده بیشتر از ظرفیت و توانمندی علمی، فرهنگی، هنری و اجرایی دانشجویان منطقه در برنامه های اجتماعی، شادی آفرین، نشاط بخش و سالم و پیشگیرانه
- کمک به ایجاد ارتباط و رقابت سالم بین کانون های دانشجویی همیاران سلامت روان دانشگاه های منطقه
- هویت بخشی به فعالیت داوطلبانه دانشجویان منطقه در جهت پیشگیری از آسیب و ترویج شادی و نشاط و شیوه زندگی سالم از طریق آگاهی بخشی بیشتر در قالب های جذاب و متنوع هنری
- نقش دانشجو در ایجاد شادمانی، نشاط و سبک زندگی سالم در فضاهای عمومی، خدماتی و آموزشی دانشگاه و سراهای دانشجویی
- نقش کانون همیاران سلامت روان در ایجاد فعالیت های شاد و نشاط آفرین در دانشگاه
- نقش کانون همیاران سلامت روان در ارتقاء سبک زندگی سالم و پیشگیری از آسیب ها در دانشجویان
- جلب حمایت حداکثری دانشجویان منطقه در اشاعه شادی، نشاط و سبک زندگی سالم در دانشگاه های منطقه

کلیات مسابقه

این مسابقه در پنج بخش اصلی برگزار می گردد:

- ❖ مقاله نویسی
- ❖ طنز و کاریکاتور
- ❖ عکاسی
- ❖ ارسال ایده
- ❖ استندآپ کمدی

بیان ایده:

این بخش از مسابقه برای بیان ایده های دانشجویی در راستای رسیدن به دانشگاه شاد و سالم مطرح گردیده است که شرکت کنندگان در مسابقه طبق فرمت تعیین شده برای این بخش از مسابقه ایده های خود را نوشته و پیشنهادات برای اجرا و عملی کردن آن را مطرح می نمایند.

عکاسی:

این بخش از مسابقه در دو قسمت عکاسی با گوشی موبایل و عکاسی با دوربین عکاسی (حرفه ای و نیمه حرفه ای) با هر موضوع مرتبط با دانشگاه شاد و سالم اجرا می شود. در این بخش نیز شرکت کنندگان باید طبق مقررات اعلام شده عکس های خود را به دبیرخانه مسابقه ارسال کنند.

✚ طنز و کاریکاتور

این بخش از مسابقه با هدف بیان دیدگاه ها و نظرات به صورت طنز به مسائل و موانع و راه های رسیدن به دانشگاه شاد و سالم مطرح گردیده است. شرکت کنندگان باید با توجه به قوانین این قسمت، آثار خود را تهیه نمایند.

✚ استند آپ کمدی

در این بخش از مسابقه هر کانون همیار می بایست یک تیم (یک الی سه نفره) از دانشجویان را برای اجرا در روز اختتامیه به دبیرخانه معرفی کرده و در روز اختتامیه با اجرای ۶ دقیقه ای در حضور شرکت کنندگان و با کسب رای ایشان و امتیاز داوران تیم برتر انتخاب می گردد و تقدیر از آن تیم صورت می گیرد. موضوع استند آپ باید با محوریت عنوان مسابقه باشد.

محور های مسابقه:

- ❖ فضاهای آموزشی (کلاس ها، آزمایشگاه ها، بخش های اداری و..)
- ❖ فضاهای عمومی (فضاها و محوطه های دانشکده ها و دانشگاه ها و...)
- ❖ فضاهای خوابگاهی (فضاها و محوطه های خوابگاه ها، اتاق ها و...)

❖ فضاهای خدماتی(سرویس های حمل و نقل، سالن های غذاخوری و...)

نحوه ارسال آثار:

ارسال آثار از طریق کانون همیاران سلامت دانشگاه دانشجویان شرکت کننده(به دبیرخانه مسابقه) صورت می گیرد.

بازه های زمانی اجرایی مسابقه

از آن جا که هر رویداد برای اجرا نیاز به تبلیغات و اطلاع رسانی دارد؛ برای این مسابقه نیز اطلاع رسانی و تبلیغات از طریق کانون های همیاران سلامت روان دانشگاه ها و دبیرخانه مرکزی منطقه دو در بازه زمانی **اوایل** آذر ماه تا انتهای بهمن ماه سال جاری با استفاده از پوستر های طراحی شده، تیزرهای تبلیغاتی و.... صورت می گیرد.

داوری آثار

داوری آثار بعد از اتمام مهلت دریافت آثار توسط اساتید و متخصصین هر حوزه در دبیرخانه مسابقه صورت می گیرد.

جوایز

به برندگان هر بخش هدیه نقدی به همراه لوح تقدیر اهدا می گردد. همچنین کانون های برتر با توجه به شاخص های در نظر گرفته شده برای آن ها(پیوست ۲) شناسایی و از آن ها نیز با جوایز نقدی و اهدای لوح، تقدیر صورت می گیرد. جوایز هر بخش به شرح زیر می باشد.

رتبه اول مبلغ ۴۰۰ هزار تومان به همراه لوح تقدیر

رتبه دوم مبلغ ۳۰۰ هزار تومان به همراه لوح تقدیر

رتبه سوم مبلغ ۲۰۰ هزار تومان به همراه لوح تقدیر

کانون برتر ۵۰۰ هزار تومان به همراه لوح تقدیر

کانون ممتاز ۳۵۰ هزار تومان به همراه لوح تقدیر

کانون نمونه ۲۰۰ هزار تومان به همراه لوح تقدیر

اختتامیه

به منظور اجرای بخش استند آپ کم‌دی، نمایش آثار و تقدیر از برگزیدگان در یک روز مشخص اختتامیه این مسابقه با حضور مسئولین دانشگاه‌ها، برگزیدگان و کانون‌های همیاران برگزار می‌گردد.

آیین نامه و مقررات شرکت در مسابقه

آثار ارسالی دانشجویان مقاطع تحصیلی کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری دانشگاه‌ها و موسسات

آموزش عالی تحت پوشش وزارت علوم در استان‌های گیلان، مازندران و گلستان پذیرفته خواهد شد.

ارسال آثار تنها از طریق کانون‌های همیاران سلامت روان هر دانشگاه امکان پذیر می‌باشد.

تکمیل فرم شرکت در مسابقه (پیوست ۱) برای هر اثر الزامیست.

آثار ارسالی نباید در هیچ یک از مسابقات و جشنواره‌های داخلی شرکت کرده باشد.

برگزارکنندگان جشنواره به استفاده از آثار با ذکر نام صاحب اثر مجاز هستند.

فارغ التحصیلان دانشگاهی تنها می توانند در بخش مقاله نویسی در این مسابقه شرکت نمایند.

مقاله نویسی :

- مقالات باید در چهارچوب علمی تخصصی بوده و شامل چکیده (حداکثر ۲۰۰ کلمه)، کلید واژه ، مقدمه ، بیان مسئله پژوهش ، متن اصلی ، نتیجه گیری و منابع باشد.
- مقاله حداکثر ۱۰ صفحه A4 در محیط Word با فونت نازنین ۱۲ نوشته شود . ضمناً یک نسخه PDF شده همان فایل نیز به پیوست به دبیرخانه ارسال گردد .

طنز و کاریکاتور :

- طنز در قالب متن ادبی و شعر می تواند تهیه گردد.
- متون طنز حداکثر ۵ صفحه A4 در محیط Word با فونت نازنین ۱۲ نوشته شود . ضمناً یک نسخه PDF شده همان فایل نیز به پیوست به دبیرخانه ارسال گردد .
- انتخاب موضوع باید در قالب عنوان مسابقه باشد.
- کاریکاتور ها به صورت رنگی و سیاه سفید و در برگه A4 باید تهیه گردد.
- نوع قلم مورد استفاده در طراحی کاریکاتور می تواند متفاوت باشد.
- آثار باید به صورت تصویر قابل ارسال به دبیرخانه تهیه شود.

عکاسی :

- فرمت آثار ارسالی باید به صورت jpg باشد.

- در صورت تصویربرداری با تلفن همراه کیفیت آن بیش از ۵ مگاپیکسل باشد .
- هر دانشجو حداکثر مجاز به ارسال ۵ عکس می باشد .
- عکس های کپی برداری شده از داوری حذف خواهد شد .
- عکس ها باید بدون افکت و اصلاح نور در محیط های نرم افزاری (فتوشاپ و...) باشند.
- عکس ها باید فاقد نوشته باشند.

ارسال ایده:

- ایده ها باید کاربردی بوده و قابلیت اجرا داشته باشند.
- ایده ها باید در راستای رسیدن به دانشگاه شاد و سالم مطرح گردند.
- هر ایده باید با جزئیات و در یک فایل ورد و پی دی اف و در حداقل دو صفحه توضیح داده شود.
- ایده ها باید قادر به پاسخگویی به دو پرسش (چالش روبرو چیست؟ راه حل جدید برای حل این چالش چیست؟) باشند.
- ملاک های اصلی ارزیابی ایده ها: خلاقیت و نوآوری، داشتن ارزش علمی، سهولت اجرا، میزان کاربردی بودن آن می باشد.

استندآپ کمدی :

- هر کانون از هر دانشگاه می تواند یک تیم (یک الی سه نفره) برای اجرای استندآپ کمدی تا پایان مهلت دریافت آثار (۳۰ بهمن ماه) به دبیرخانه معرفی نماید.
- انتخاب متن و موضوع باید در چارچوب عنوان مسابقه انتخاب گردد.
- متن و موضوع هر استندآپ کمدی باید به صورت تایپ شده به دبیرخانه ارسال گردد.

- زمان هر استند آپ کمدی حداکثر ۶ دقیقه می باشد.
- استفاده از طراحی لباس خاص و یا لوازم مورد نیاز برای صحنه نمایشی بلامانع می باشد.
- داوری استندآپ کمدی ها در روز اختتامیه و با رای کمیته داوران و شرکت کنندگان در مسابقه صورت می گیرد.

دبیرخانه مسابقه

دبیرخانه مسابقه در دانشگاه گیلان و مسئولیت آن به عهده دبیر کانون همیاران منطقه دو دانشگاه ها می باشد و آثار شرکت کنندگان باید به دبیرخانه ارسال گردد.

اطلاعات تماس:

آدرس دبیرخانه جشنواره : گیلان - رشت - بزرگراه خلیج فارس - مجتمع دانشگاه گیلان - مرکز مشاوره دانشگاه

شماره تماس و نمابر :
۰۱۳۳۳۶۹۰۴۴۸

شماره تماس دبیر اجرایی مسابقه:
۰۹۹۰۲۷۱۴۸۶۶

hamyaran.guilan@gmail.com

ایمیل دبیرخانه:

پیوست ۱ (فرم شرکت در مسابقه)

فرم شرکت در مسابقه		
اطلاعات شخصی		
شماره شناسنامه	نام پدر	نام و نام خانوادگی
شماره تماس	تاریخ تولد	کد ملی
پست الکترونیکی	آدرس محل سکونت	
اطلاعات تحصیلی		
دانشگاه	مقطع	رشته
اطلاعات آثار		
تعداد آثار ارسالی	محور اثر (یکی از ۴ محور)	بخش اثر (یکی از ۵ بخش)

پیوست ۲ (نحوه ارزیابی کانون های همیاران سلامت روان)

در روز اختتامیه داوران مسابقه و مسئولین دبیرخانه با توجه به موارد زیر :

تعداد آثار ارسالی

کیفیت آثار ارسالی

کسب رتبه های برتر آثار ارسالی

نوع آوری و خلاقیت در تبلیغات

ارزیابی کانون ها را انجام داده و کانون های برتر برای تقدیر مشخص می گردند.