

# 共青团江西师范大学公费师范生院委员会文件

院团字〔2022〕2号

## 关于下发《2022年寒假期间“寝室云”系列活动》的通知

各班级团支部、各寝室：

为丰富学生寝室文化，加强宿风建设，形成“以校为家、以情筑寝”的良好寝室氛围，着力构建“寝室+”育人链条，彰显活力、民主、美丽、和谐的寝室文化，现将《2022年寒假期间“寝室云”系列活动》予以下发，要求2021级全员参与，鼓励其他年级积极参与，请遵照执行。

- 附件：1. 创建最美寝室 相约精彩奥运  
2. 2022年寒假期间公费师范生院“寝室云”系列活动报名表

公费师范生院团委

二〇二二年一月二十二日

附件 1:

## 创建最美寝室 相约精彩奥运

——2022 年寒假期间江西师范大学王静工作室之“寝室云”  
系列活动

### 一、活动目的

为了丰富学生寝室文化，加强宿风建设，形成“以校为家、以情筑寝”的良好寝室氛围，着力构建“寝室+”育人链条，彰显活力、民主、美丽、和谐的寝室文化，同时新年将至，恰逢北京冬奥会即将开幕。江西师范大学王静工作室围绕“创建和谐寝室 共迎精彩奥运”开展“寝室云”系列线上活动，以寝室成员为单位，以学生为主体，结合党史学习教育和北京冬季奥运会，不断提升寝室文化建设内涵新突破。

### 二、活动主题

创建最美寝室 相约精彩奥运

### 三、活动时间

2022 年 1 月 19 日-2 月 17 日。

(其中：“云劳动”活动开展时段自即日起至 1 月 31 日；  
“云锻炼”活动开展时段自即日起至 2 月 6 日；“云实践”活动开展时段自即日起至 2 月 17 日)

## 四、活动单位

江西师范大学王静工作室

## 五、活动对象

江西师范大学全日制本科生，以寝室为单位参与

## 六、报名方式

以寝室为单位，在寝室联萌小程序上报名（“江西师范大学公费师范生”微信平台 and “静姐听你说”微信平台均可进入）

## 七、活动内容

### （一）“云”劳动

#### 1、内容要求

围绕“劳动”主题拍摄照片及视频，可呈现写春联、做饭、洗衣、打扫、帮助家人准备年货等内容。

#### 2、格式要求

（1）如为照片，则照片数量不少于4张，每张画面比例为4:3，像素1M以上，无水印及明显滤镜。

（2）如为视频，则视频要求时长不超过5分钟，内容突出，画面清晰，不变形，分辨率不小于720×576像素，格式为mp4，尺寸为16:9，无水印及明显滤镜，需将寝室内成员的视频素材进行整合剪辑，成一段完整视频。

（3）撰写25字以内的文字说明，概括图片、视频所呈现的大致内容，文字说明通过word文档形式随视频、照片材料提交，文档以“文字说明”命名。

### 3、活动流程

各班宣传委员收集本班报名表及作品后，将参赛寝室报名表及作品放入同一文件夹中，文件夹以参赛寝室的“寝室号+寝室长+所涉年级班级”命名。

2月1日晚 20:00 前，宣传委员需将本班所有材料汇总为 zip 格式压缩包，并将压缩包以“‘云’劳动+学院年级班级”命名，发送至邮箱 wangjingstudio2022@163.com。

#### (二) “云”锻炼

##### 1、活动内容

主要通过体育锻炼的形式展示冬季运动的风采。以下形式可自行根据实际情况选取开展：

(1) 可与亲朋好友开展冬季拔河运动、冬季旱冰滑运动、冬季“keep 趣味字体”竞走、冬季花样跳绳等形式多样的运动活动，并以图片、视频的形式做记录；

(2) 借助各类运动软件或微信记录进行每天运动打卡记录或竞赛互动。参赛同学可在活动结束前将自己的每天运动打卡记录以图文并茂的方式提交。运动类型可以是跑步、平板支撑、跳绳等；

##### 2、格式要求

(1) 如为照片，则照片数量不少于 4 张，画面比例为 4:3，像素 1M 以上，无水印及明显滤镜，运动打卡记录以手机截图方式提交，需能体现参与者运动时长与持续时间。

(2) 如为视频，则视频要求时长不超过 5 分钟，内容突出，画面清晰，不变形，分辨率不小于 720×576 像素，格式为 mp4，尺寸为 16: 9，无水印及明显滤镜，需将寝室内成员的视频素材进行整合剪辑，成一段完整视频。

(3) 撰写 25 字以内的文字说明，概括图片、视频所呈现的大致内容，文字说明通过 word 文档形式随视频、照片材料提交，文档以“文字说明”命名。

### 3、活动流程

各班宣传委员收集本班报名表及作品后，将参赛寝室报名表及作品放入同一文件夹中，文件夹以参赛寝室的“寝室号+寝室长+所涉年级班级”命名。

2 月 7 日晚 20: 00 前，各班宣传委员需将本班所有材料汇总为 zip 格式压缩包，并将压缩包以“‘云’锻炼+学院年级班级”命名，发送至邮箱 [wangjingstudio2022@163.com](mailto:wangjingstudio2022@163.com)。

### (三) “云” 实践

#### 1、内容要求

参与当地疫情防控服务、向社区报到志愿服务、“返家乡”志愿活动等社会实践活动，通过照片及视频，展现青年大学生社会实践风采。

#### 2、格式要求

(1) 如为照片，则照片数量不少于 4 张，画面比例为 4: 3，像素 1M 以上，无水印及明显滤镜。

(2) 如为视频，则视频要求时长不超过 5 分钟，内容突出，画面清晰，不变形，分辨率不小于 720×576 像素，格式为 mp4，尺寸为 16: 9，无水印及明显滤镜；需将寝室内成员的视频素材进行整合剪辑，成一段完整视频。

(3) 撰写 25 字以内的文字说明，概括图片、视频所呈现的大致内容，文字说明通过 word 文档形式随视频、照片材料提交，文档以“文字说明”命名。

### 3、活动流程

各班宣传委员收集本班报名表及作品后，将参赛寝室报名表及作品放入同一文件夹中，文件夹以参赛寝室的“寝室号+寝室长+所涉年级班级”命名。

2 月 18 日晚 20: 00 前，宣传委员需将本班所有材料汇总为 zip 格式压缩包，并将压缩包以“‘云’实践+学院年级班级”命名，发送至邮箱 [wangjingstudio2022@163.com](mailto:wangjingstudio2022@163.com)。

## 八、评比方式

20%线上投票（“静姐听你说”公众号）+80%王静工作室评审团。

## 九、活动奖励

每项活动分别评出一、二、三等奖。其中，一等奖占比 5%，二等奖占比 15%，三等奖占比 30%，工作室将颁发证书并在寝室联萌上给予积分奖励，优秀作品将通过官方微信平台进行展示。

江西师范大学王静工作室

2022年1月19日

附件 2:

2022 年寒假期间公费师范生院“寝室云”系列活动报名表

序号	寝室楼栋 及寝室号	寝室成员	所涉年级 班级专业	参与活 动类别	作品名称
例: 1	9 栋 NF103	张三、张四、 张五、张六	2021 级汉语 言文学专业	云实践	《我们一起 “返家乡”》
.....	.....	.....	.....	.....	.....



(此页无正文)

---

主题词：寝室云 系列活动 通知

---

抄 报：院团委

---

抄 送：各团支部

---

共青团公费师范生院委员会综合服务中心      2022年1月22日印发

---