

# 关于开展湖北师范大学 2023 年“5·25”心理健康节开幕式暨心理游园会的通知

各学院：

为丰富学生的学习与生活，缓解在校期间的心理压力，培养积极的心态，提高人际交往能力，营造健康的校园文化氛围，湖北师范大学学工部特举办 2023 年“5·25”心理健康节开幕式暨心理游园会活动。现将相关事宜通知如下：

## 一、组织单位

学生工作部（处）

## 二、活动时间

2023 年 5 月 11 日 下午 14:30-17:30

## 三、活动地点

湖北师范大学田径运动场

## 四、活动对象

全体在校生

## 五、活动安排及介绍（详见附件）

序号	活动名称	责任部门（各学院心理服务部）
01	寻人行动	经济管理与法学院
02	百发百中	马克思主义学院
03	个性名片	教育科学学院
04	变形虫	体育学院

05	正话反说	文学院
06	圈之魅力	外国语学院
07	传球夺秒	历史文化学院
08	快乐弹珠夹夹夹	数学与统计学院
09	平面魔方	物理与电子科学学院
10	“蜈蚣”翻身	化学化工学院
11	用途无限	城市与环境学院
12	情绪猜猜乐	生命科学学院
13	看我“走过来”	电气工程与自动化学院
14	不会“掉落”的球	计算机与信息工程学院
15	情绪气球	音乐学院
16	趣味多米诺	美术学院

## 六、活动奖励

参与者参与 1 个项目挑战成功可盖 1 枚章，挑战失败划“×”。  
同一个活动项目均第一次参与挑战盖章有效。

特等奖：16 枚需完成现场心理知识竞答

一等奖：14 枚及以上

二等奖：12 枚

三等奖：10 枚

参与奖：5 枚及以上

## 七、活动要求

1. 本次活动参与者需持入场券参加活动，同学们可凭有效盖章

的入场券领取相应奖品，无入场券人员也可参与，但不能领取奖品。

2. 学工部心理中心将提前为各学院心理服务部发放 30 张入场券。

3. 请各学院心理服务部组织同学们积极参与此次活动，并做好活动期间的秩序维护和相关安全工作。

**附件：**各学院活动项目

学生工作部（处）

2023 年 5 月 4 日

附件：

### **各学院活动项目**

#### **1. 寻人行动——经济管理与法学院**

参与者根据工作人员提供的“寻人信息卡”，在 10 分钟内找到具有该特征的人，每项特征找到一位完成一次签名，签名在 10 个以上即为挑战成功。

#### **2. 百发百中——马克思主义学院**

参与者站在指定投壶线前，将手中的十支箭投入箭筒中，每人 1 次机会，投中 4 支箭及以上可盖印章 1 次，如果参与者 10 支箭投入 8 支即可盖印章 2 次。

#### **3. 个性名片——教育科学学院**

参与者领取一个空白胸卡，在 5 分钟内为自己设计一张“个性卡片”，卡片上不少于 5 条个人信息，5 条信息可以是具体的也可以是抽象的、含蓄的，但必须是个性化的。

#### **4. 变形虫——体育学院**

5 人一组，两组同时开始，每组同学戴上眼罩，工作人员把提前准备好的绳圈交给小组成员，并发出变形指令，如三角形、正四边形，正五边形等，用时最少的组获胜。

#### **5. 正话反说——文学院**

参与者反顺序地讲出工作人员说的词句，比如“新年好”，游戏者要立刻说出“好年新”，说错或者懵住的人即被淘汰。从 3 个字开始说起，第二轮 4 个字，第三轮 5 个字，以此类推。进入第三轮及以上者即为挑战成功。

#### **6. 圈之魅力——外国语学院**

参与者 10 人一组，两组同时比赛，小组成员手拉手围成一个圈，

呼啦圈挂在两个同学拉手处，所有人不松手的情况下，让呼啦圈按顺时针方向转动，从第一个人处出发，转回到第一个人处为结束，用时最少的组获胜。

### **7. 传球夺秒——历史文化学院**

8 人一组，两组同时比赛，每组向工作人员领取一只球，每个组员都要接触球，但前后接触球的人不可以是相邻者，以每组成员全部接触过球用时最短的组获胜。

### **8. 快乐弹珠夹夹夹——数学与统计学院**

每组 4 人，两组同时比赛，起点摆着弹珠、筷子，终点摆着碗。游戏开始，第一个人要把一颗弹珠夹着运进碗里，夹进一颗后自觉排到最后，轮到第二个人夹，以此类推，最先把弹珠夹完的一队获胜。

### **9. 平面魔方——物理与电子科学学院**

8 人一组，小组成员分别手持写有 1-8 序号的卡片，按顺序站在九个方框组成的正方形内（最后一个方框为机动位置），经过一番移动，每次只能移动一格，将最初序号和最末空白序号颠倒过来，5 分钟内挑战成功为获胜。

### **10. “蜈蚣”翻身——化学化工学院**

8 人一组，两组同时比赛，双手搭肩组成一条“大蜈蚣”，两组同时比赛，第一位组员依次从第二、第三人拉手处，第三、第四人，一直到队伍最后两位拉手处钻过去，然后第二位组员、第三位组员……，一直到最后一位组员钻完钻完所有的拉手孔，用时最少的组获胜。

### **11. 用途无限——城市与环境学院**

现场提供一只塑料可乐瓶，白纸、笔若干，每位参与者写出可

乐瓶的用途，15 秒内写出 5 个以上获胜。

### **12. 情绪猜猜乐——生命科学学院**

工作人员准备一套情绪卡片，把卡片正面朝下放。参与者为 2 人，1 人翻开其中 1 张并用脸部表情模仿出来，另一个人猜情绪名称，猜对即为挑战成功。

### **13. 看我“走过来”——电气工程学院**

5 人一组，工作人员事先准备球、花、书、报等能够表现生活、学习、运动等场景的实物，参与者面对大家，从 10 米外“走过来”，可以运用各种道具，但不能重复别人的表现方式，获评有自信、热情、幽默、创意等的盖章。

### **14. 不会“掉落”的球——计算机与信息工程学院**

5 人一组，第一位参与者先在地上转五圈，用筷子夹乒乓球，到第二位参与者地点，下一位参与者比上一位参与者少转一圈，直至第五位参与者将乒乓球顺利送回第一位参与者则游戏完成，如果期间出现乒乓球掉落的情况，则从起点重新开始。两组同时比赛，挑战最先完成组获胜。

### **15. 情绪气球——音乐学院**

至少需 2 人同时参与，参与者将对方脚上捆绑的坏情绪气球踩爆，并保护好自己腰上代表好情绪的气球，剩余“好情绪”最多的同学即为挑战成功。

### **16. 趣味多米诺——美术学院**

单人或多人参与均可，参与者用多米诺骨牌进行排列，可摆出自己感兴趣的图形或按照现场提供的多米诺骨牌图片进行摆放，5 分钟内完成摆放视为挑战成功。