

به نام خالق هستی



# خسواره حس خوب - نماز خوب

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

ویژه دانشجویان، اساتید و کارکنان

۲۶ آذرماه لغایت ۵ دی ماه

## مقدمه :

نماز فقط یک عمل عبادی نیست؛ فرصتی است برای بازگشت به خود، آرام‌گرفتن میان شلوغی‌ها و بازیابی تمرکز در میانه‌ی مسیر پرتنش زندگی، جشنواره حس خوب- نمازخوب با هدف زنده نگه داشتن همین‌دریافت‌های خوب و متعالی شکل گرفته؛ حس قرار، مکث، و تکیه‌کردن بر ارتباطی که انسان را به عمق وجود خود و ارتباط با خالقش نزدیک‌تر می‌کند. ترویج فرهنگ نماز در دانشگاه یعنی ایجاد فضایی که در آن گفتگو، تجربه و معنویت قابل لمس باشد، نه صرفاً یک توصیه رسمی، این فرهنگ، در کنار نقش تربیتی اش، افراد را در مدیریت استرس، تقویت اراده، شکل‌دادن نظم فردی و یافتن جهت در تصمیم‌های مهم یاری می‌کند. نماز، اگر درست شناخته و تجربه شود، می‌تواند نیرویی باشد که سبک زندگی را از درون استوار می‌کند. تلاش داریم در جشنواره حس خوب، نماز خوب این معنا را دوباره به جریان زندگی دانشگاه برگرداند.

## اهداف جشنواره :

۱. ارتقای فرهنگ نماز و معنویت در دانشگاه
۲. ایجاد فضای خلاقانه و هنری با مشارکت دانشجویان برای بیان احساسات و تجارب فردی.
۳. تشویق و ترغیب دانشجویان در مسیر گسترش فرهنگ اقامه نماز به تفکر پیرامون نماز و برکات آن در زندگی
۴. توسعه تولیدات فرهنگی و بهره مندی از محتواهای تولید شده در جهت باز نشر در محیط های دانشگاهی در مسیر و
۵. کشف و حمایت از استعداد های هنری و فناورانه در حوزه گسترش فرهنگ نماز.
۶. توسعه تولیدات فرهنگی مبتنی بر مفاهیم نماز و ارتباط با خالق هستی

## گروه هدف :

- دانشجویان
- اساتید هیات علمی
- کارکنان

## موضوعات پیشنهادی جشنواره :

نماز و یاد خدا، نماز و تسکین درد ها، نماز و آرامش قلوب، نماز و تقویت روح نظم و انضباط، نماز و عبادت خالق، نماز و اخلاق نیکو، نماز و سلامت روح و روان، نماز و حضور قلب، نماز و خشنودی خدا، نماز و جماعت، نماز و عالم ملکوت، نماز و آداب حضور، نماز و اعتلای روح تعهد و وفای به عهد، نماز و امید در بحران ها، نماز و خانواده

## بخش ها و رشته ها :

### • رشته های بخش ادبی:

❖ شعر کلاسیک

❖ شعر نو

❖ داستان کوتاه

❖ خاطره نویسی

❖ دل نوشته

### • رشته های بخش هنری:

❖ نقاشی

❖ خوشنویسی

❖ عکاسی

❖ طراحی پوستر

### • رشته های بخش فناوری و تولیدات رسانه ای :

❖ پادکست (پادپخش) صوتی

❖ کلیپ و نماهنگ

❖ فیلم کوتاه

❖ فیلم مستند

❖ اینفو گرافی

❖ نشریه الکتریکی

### • بخش ویژه

❖ ایده پردازی و ارائه طرح های نو آورانه

❖ طرح پژوهشی

## زمانبندی جشنواره:

ردیف	عنوان	تاریخ
۱	فراخوان جشنواره و آغاز اطلاع رسانی، تبلیغات و فضاسازی محیطی از تاریخ	۲۶ آذر ماه
۲	آغاز ثبت نام در جشنواره و ارسال آثار	۲۶ آذر ماه
۳	پایان مهلت ارسال آثار	۵ دی ماه
۴	جمع بندی آثار دریافتی و ارائه به هیات داوران	۷ دی ماه
۵	داوری آثار در دبیرخانه دانشگاه	۱۰ دی ماه
۶	اعلام نتایج	۱۴ دی ماه

## نحوه شرکت در جشنواره و ارسال آثار

ارسال اثر به آدرس [modiriat.farhangi@sbmu.ac.ir](mailto:modiriat.farhangi@sbmu.ac.ir)

نکته: لازم بذکر است مشخصات آثار ارسالی در ابتدای اثر بطور کامل اعلام گردد.

نام و نام خانوادگی، شماره ملی، شماره تماس، دانشجو/استاد/کارمند، محل تحصیل و یا اشتغال

## جدول امتیاز دهی رشته های شعر نو و کلاسیک

ردیف	معیار ارزیابی	توضیح کوتاه
۱	محتررا و پیام	عمق، اصالت و معنای شعر
۲	احساس و عاطفه	میزان تأثیر گذاری و صداقت بیان
۳	زبان و بیان	انتخاب واژگان، شیوایی و سلامت زبان
۴	تصویرپردازی و تخیل	خلاقیت در تصاویر و ترکیبات شاعرانه
۵	ساختار و انسجام	پیوستگی مفهومی، آغاز و پایان مناسب
۶	وزن و موسیقی شعر	رعایت وزن، قافیه و آهنگ زبان
۷	خلاقیت و نوآوری	نگاه تازه، زبان نو و زاویه دید خاص
۸	تأثیر گذاری کلی	ماندگاری و تجربه شاعرانه برای مخاطب

## جدول امتیاز دهی رشته داستان کوتاه

ردیف	معیار ارزیابی	توضیح کوتاه
۱	پیرنگ و ساختار روایت	<ul style="list-style-type: none"> <li>انسجام و منطقی در رویدادها</li> <li>آغاز، گره‌افکنی، اوج و پایان مناسب</li> <li>جذاییت و کشش روایت</li> </ul>
۲	شخصیت‌پردازی	<ul style="list-style-type: none"> <li>عمق و باورپذیری شخصیت‌ها</li> <li>تحول و کنش درونی یا بیرونی آن‌ها</li> <li>تناسب گفتار و رفتار با موقعیت</li> </ul>
۳	فضا و توصیف	<ul style="list-style-type: none"> <li>تصویرسازی مؤثر از زمان و مکان</li> <li>ایجاد حس فضا، حال و هوا و جزئیات محیطی</li> <li>هماهنگی فضا با موضوع و لحن داستان</li> </ul>
۴	زبان و نثر داستان	<ul style="list-style-type: none"> <li>روانی، دقت و زیبایی زبان</li> <li>انتخاب واژگان متناسب با لحن و شخصیت‌ها</li> <li>پرهیز از اطناب، کلیشه و ضعف زبانی</li> </ul>
۵	درون‌مایه و پیام	<ul style="list-style-type: none"> <li>اصالت و عمق اندیشه</li> <li>طرح مسئله‌ای انسانی، اجتماعی یا فلسفی</li> <li>پرهیز از شعار و سطحی‌نگری</li> </ul>
۶	خلاقیت و نوآوری	<ul style="list-style-type: none"> <li>نگاه تازه به موضوع یا زاویه دید متفاوت</li> <li>ساختار خلاقانه یا پایان غیرمنتظره</li> <li>نوآوری در فرم یا شیوه روایت</li> </ul>
۷	تأثیرگذاری و ماندگاری اثر	<ul style="list-style-type: none"> <li>تأثیر عاطفی و فکری بر خواننده</li> <li>القای تجربه‌ای تازه یا تأمل‌برانگیز</li> <li>توانایی برانگیختن احساس، اندیشه یا همدلی</li> </ul>

## جدول امتیاز دهی رشته نقاشی

ردیف	معیار ارزیابی	توضیح کوتاه
۱	ترکیب بندی (کمپوزسیون کلی)	هماهنگی بین سطرها، تعادل صفحه و چیدمان زیبای متن
۲	رنگ و تکنیک اجرا	هماهنگی رنگها، انتخاب پالت مناسب و تاثیر احساسی رنگها
۳	قدرت قلم و کیفیت اجرا	مهارت در کنترل قلم، کیفیت خطوط، دقت در اجرا و حرکت های نرم
۴	زیبایی شناسی و تاثیر بصری	جذابیت، لطافت، حس هنری و تاثیر کلی اثر بر بیننده
۵	خلاقیت و نوآوری	نگاه شخصی، نوآوری در ترکیب یا فضا، استفاده خلاقانه از عناصر بصری

## جدول امتیاز دهی رشته خوشنویسی

ردیف	معیار ارزیابی	توضیح کوتاه
۱	اصول و قواعد خط	رعایت تناسب، اتصالات، فواصل و ساختار درست حروف بر اساس نوع خط
۲	ترکیب بندی (کمپوزسیون کلی)	هماهنگی بین سطرها، تعادل صفحه و چیدمان زیبای متن
۳	تناسب و ریتم	هماهنگی اندازه حروف، ریتم حرکتی چشم در اثر، تعادل بصری
۴	قدرت قلم و کیفیت اجرا	مهارت در کنترل قلم، کیفیت خطوط، دقت در اجرا و حرکت های نرم
۵	زیبایی شناسی و تاثیر بصری	جذابیت، لطافت، حس هنری و تاثیر کلی اثر بر بیننده
۶	خلاقیت و نوآوری	نگاه شخصی، نوآوری در ترکیب یا فضا، استفاده خلاقانه از عناصر بصری
۷	نظافت و کیفیت ارائه اثر	تمیزی کار، کیفیت کاغذ و مرکب، نحوه قاب بندی و ارائه نهایی

## جدول امتیاز دهی رشته عکاسی

ردیف	معیار ارزیابی	توضیح کوتاه
۱	ترکیب‌بندی و کادربندی	تعادل و نظم عناصر، زاویه دید، عمق میدان و هدایت نگاه بیننده
۲	نور و رنگ	کیفیت نور، کنترل سایه‌ها، استفاده از رنگ یا تونالیته در سیاه‌وسفید
۳	تکنیک و کیفیت فنی	وضوح، نوردهی، فوکوس، تنظیمات فنی و کیفیت خروجی نهایی
۴	محتوا و مفهوم	ایده، روایت، پیام و میزان ارتباط با موضوع جشنواره
۵	خلاقیت و نگاه شخصی	نوآوری در سوژه، زاویه دید و نحوه اجرای ایده
۶	تأثیرگذاری و زیبایی‌شناسی کلی	حس و تأثیر کلی عکس بر بیننده، هماهنگی میان عناصر بصری

## جدول امتیاز دهی رشته طراحی پوستر

ردیف	معیار ارزیابی	توضیح کوتاه
۱	ترکیب‌بندی و ساختار بصری	تعادل و هماهنگی اجزا (متن، تصویر، فضا، جهت نگاه) و هدایت بصری مخاطب
۲	رنگ و تایپوگرافی	هماهنگی رنگ‌ها، تناسب با موضوع، خلاقیت و خوانایی در فونت‌ها
۳	خلاقیت و نوآوری	ایده تازه، نگاه متفاوت، استفاده خلاقانه از عناصر گرافیکی
۴	مفهوم و پیام اثر	وضوح پیام، ارتباط فرم و محتوا، قدرت انتقال ایده به مخاطب
۵	زیبایی‌شناسی و تأثیرگذاری بصری	جذابیت، هارمونی، انسجام و ماندگاری بصری در ذهن بیننده
۶	تناسب فنی و کیفیت اجرا	دقت در جزئیات، کیفیت چاپ یا فایل دیجیتال، رعایت استانداردهای گرافیکی

## جدول امتیاز دهی بخش فناوری و تولیدات رسانه ای

ردیف	محور	شاخص های داوری
۱	ساختار و محتوا	صفحه شروع داشتن فهرست مطالب (شامل پیوند به عناوین در اپلیکیشن) معرفی محصول و پدیدآورنده غنی سازی و تنوع استفاده مناسب و ارجاع به منابع رعایت یک سبک خاص در محتوا کیفیت تدوین و تولید
۲	مخاطب پسندی	سادگی و روان بودن مطلب میزان تناسب محتوا با زمان اثر جذابیت سمعی و بصری استفاده از سبک های هنری ایرانی و اسلیمی
۳	خلاقیت و نوآوری	با توجه به نظر داوران تعیین می شود
۴	یادگیری مخاطبین	تدوین اهداف آموزشی تعیین حیطه هدف
۵	انتخاب رسانه	تناسب قالب با محتوا تناسب قالب با مخاطبین