附件3：“百万运镜”运动打卡挑战赛

一、参赛形式

个人参赛：单人完成舞蹈、滑板或其他各类运动的拍摄及制作。

团队参赛：2-5人组队，需明确分工（如编舞、表演、拍摄、剪辑等），并指定一名队长负责联络与提交。

二、作品要求

视频格式为MP4/AVI/MOV，分辨率不低于1080p，文件大小不超过500MB。命名格式为姓名/团队名+作品名称。附加100字内创作灵感说明（如舞蹈编排亮点、运镜设计思路等）。

鼓励融合原创动作或经典动作，自然融入节奏，体现力量感与协调性。建议通过镜头语言增强表现力（如动态追踪、俯拍仰拍、旋转环绕、慢动作切换等），建议结合场景特点设计创意镜头（如利用楼梯、镜面反射、光影变化等）。

三、相关要求

自由选址，推荐操场、体育馆、大学生活动中心等具有视觉吸引力的场景。

每个参与者在挑战过程中务必将个人安全摆在首位，量力而为，不做出过于激烈危险动作。

作品提交邮箱：1500213081@qq.com。