

寻找最佳医疗实践  
进一步改善医疗服务行动计划



# 第六季 全国医院擂台赛

## 线上比赛操作流程及规范

# 目录

## CONTENTS

01

线上比赛注意事项

02

腾讯会议操作流程

03

线上直播规范

## 一、线上比赛注意事项

- 1、所有选手当天均需使用电脑登录腾讯会议进行直播参与比赛（健康界提前半小时发送会议链接并告知会议号及会议密码）。
- 2、请选手选择网络环境较好的房间进行线上比赛。
- 3、线上比赛开始前，所有选手均需于会前**5**分钟上线，并测试腾讯会议的视频、声音、共享屏幕等功能是否正常。
- 4、比赛开始前、中、后整个过程中，选手需保证在其他选手发言时自己的音频处于静音状态。
- 5、本人发言环节，选手需保证自己的音频、视频均处于开启状态。
- 6、比赛期请各位选手做好时间把控，不要超时（选手发言即自行开启计时器计时，组委会方同时开启计时监督）。
- 7、比赛结束后，由主持人按选手出场顺序宣读选手得分，比赛榜单将在擂台赛官网发布。

## 二、腾讯会议操作流程

客户端下载地址：

[https://cloud.tencent.com/act/event/tencentmeeting\\_free?fromSource=gwzcw.3375071.3375071&utm\\_medium=cp&utm\\_id=gwzcw.3375071.3375071.3375071](https://cloud.tencent.com/act/event/tencentmeeting_free?fromSource=gwzcw.3375071.3375071&utm_medium=cp&utm_id=gwzcw.3375071.3375071.3375071)

（也可通过软件管理搜索“腾讯会议”，直接下载即可）。

登录页面展示：（详情见右图）

点击加入会议，输入会议号、姓名、会议密码等信息。

★参赛选手须以**参赛案例编号**编辑姓名；

★头像不得使用医院名称及标志的图片。



腾讯会议

正在讲话:

## 会议主界面展示 及主要使用功能键

张琦 马儿

健康界 CN-HEALTHCARE

开启/关闭自己画面

开启/关闭自己声音

点击共享播放参赛 PPT

点击成员可修改自己在会议中姓名（使用案例编号）

更多中选择设置可添加虚拟背景

比赛结束后点击离开

解除静音 开启视频 共享屏幕 邀请 成员(2) 聊天 录制 表情 更多

离开会议





结束会议页面:

会议结束, 点击“离开会议”按钮。

中途如有紧急情况, 请勿离开会议, 将音频、视频处于关闭状态即可。

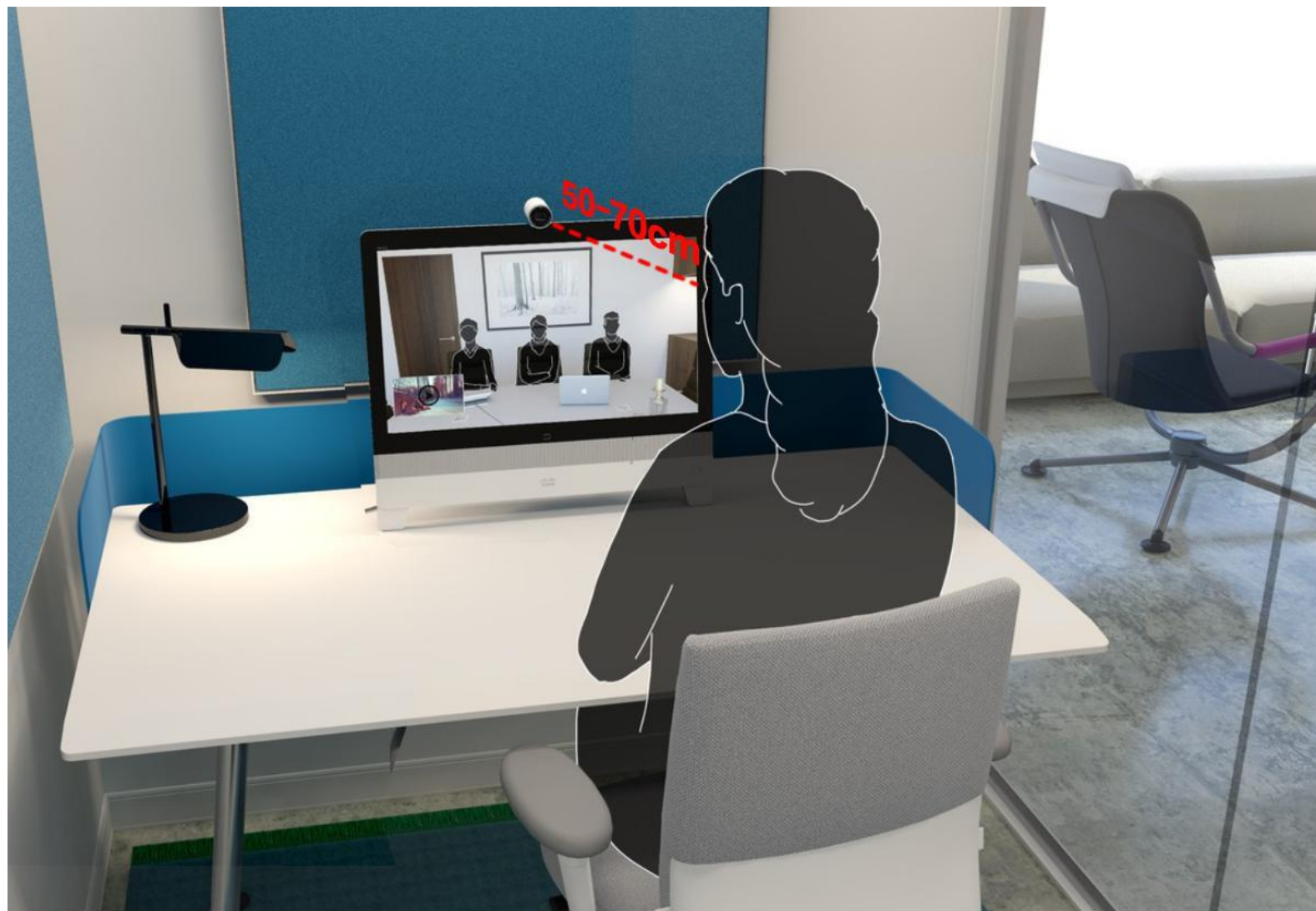
## 三、线上直播规范

### 摄像头摆放

1.摄像头高度：**不宜过高过低，与视线保持相平**（若手机拍摄，尽量用拍摄支架到与眼睛平行）。

2.摄像头距离身体距离：**50-70cm**（一直臂距离，根据具体手机或电脑摄像头焦距微调）。

3.如果需要观看屏幕PPT，建议摆  
设位置为PPT——摄像头——人，  
平行。



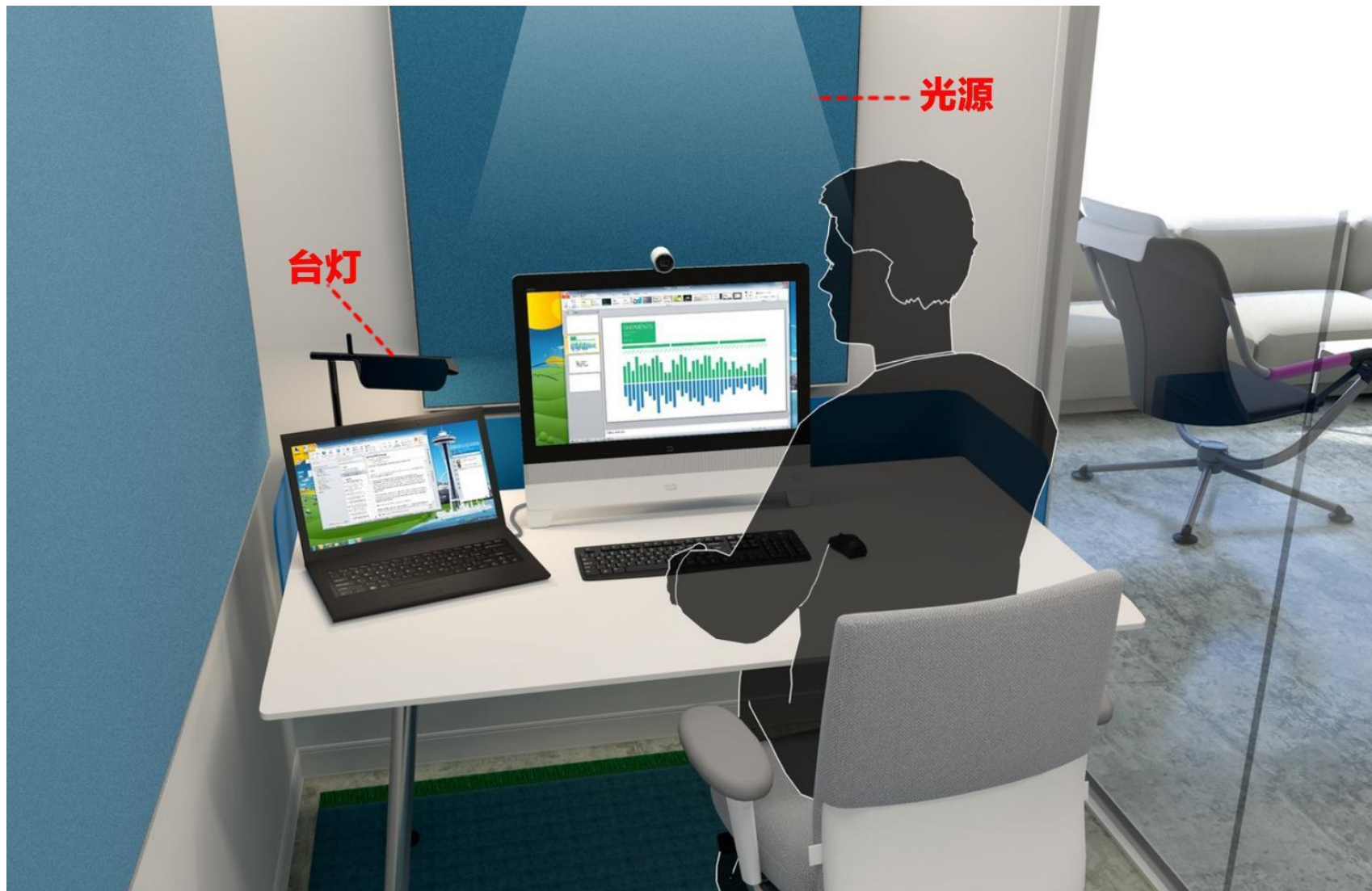
4. 若笔记本电脑摄像头过低，**可以用书本或者支架垫高与眼睛平行。**





# 光线

- 1.光源位置尽量在正脸前面，不宜在背后。
- 2.环境光线太弱可以考虑在桌面放一盏台灯。
- 3.最好不要在有吊顶灯光的房间直播，有也不宜将光源置于背后直播。



## 着装

1. 不建议穿条纹或者格子衣服进行录制
2. 建议穿着带领正装，色彩不宜过多
3. 尽量穿着浅色服装，浅色服装更易与背景搭配



## 人物比例

- 1.人像居中，约占画面1/3至1/2
- 2.上边缘留些许空间





## 背景

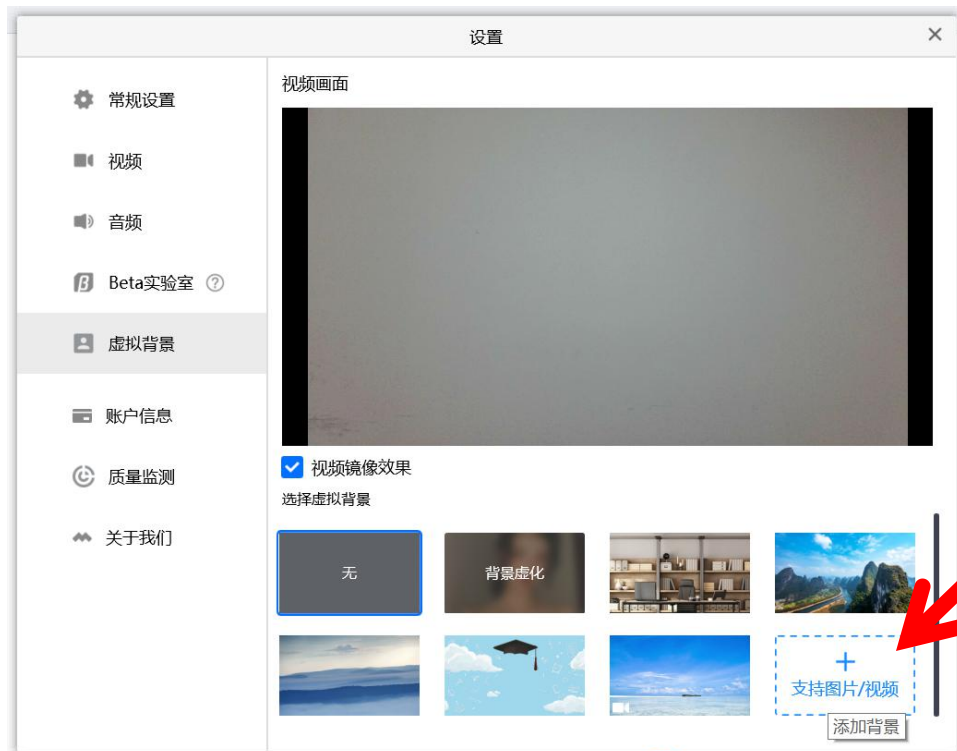
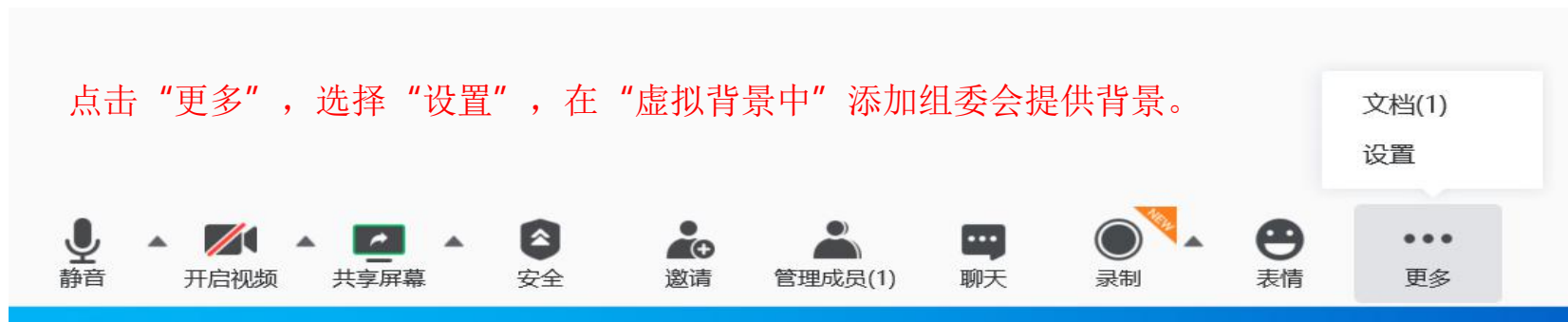
会议需设置虚拟背景，组委会统一提供背景图。





# 背景

点击“更多”，选择“设置”，在“虚拟背景中”添加组委会提供背景。





添加后参赛者本人看到的背景为镜像画面，但直播展示背景则为正面。



进一步改善医疗服务行动计划

第六季 全国医院擂台赛

## 案例概况

- 1 起始时间：（该改善医疗服务项目的开始时间）
- 2 主导科室/部门：
- 3 协作团队：
- 4 改善目标：
- 5 应用场景：
- 6 核心亮点：

正在讲话

2

参赛中，选手通过共享屏幕进行案例PPT展示，选手本人画面为小画面（如电脑配置较低，腾讯会议则只能展示出案例PPT的共享屏幕，无法显示选手头像）。



## 声音

1. 选择**安静无杂音**的环境
2. 尽量用有音频输入口的耳麦



# 仪表

## 1、头发

头发要有固定的头型，头发伸曲要自然。

## 2、额头

额头要保持洁净，不要过于干燥，也不能大汗淋漓，要涂抹一些保湿霜，尽量将皱纹淡化一些。

## 3、眼睛

眼睛要淡化眼角纹理。若佩戴眼镜，眼镜整体颜色不要过于艳丽，要与自身面部肤色相近。眼镜镜片要擦拭清晰，眼镜框和眼镜腿要光亮，不要太暗淡。

## 4、耳朵

净化耳朵，整个人会感觉很轻松、自信。

## 5、嘴巴

嘴唇颜色要适度红润，周边胡须要剃干净。

## 6、脖颈

脖颈部位要注意，衬衣领子要松紧适度，领带松紧要舒适，以不感觉勒紧为宜。

## 7、手部

西服衬衣袖子要到达手背近一半处，要长出西服袖口3到5厘米左右。手部要保持温暖、润泽，指甲要剪短剪平整，不要涂抹颜色。





寻找最佳医疗实践  
进一步改善医疗服务行动计划



# 第六季 全国医院擂台赛

参赛选手安装完腾讯会议，可以自建会议模拟演练。

# END

祝参赛选手比赛顺利！取得好成绩！