附件一

成果形式及技术指标

（一）成果形式

1.科普短视频≥63个（不少于2分钟/个）；

2.专题科普讲座及课件资源1套

（二）技术指标

1.视频时长

单个视频时长不少于2分钟，不长于4分钟，画面内容与脚本对应呈现，匹配度不低于70%。

2.视频格式

视频格式MP4；编码格式：H.264；帧速率25p；分辨率1920×1080（16:9），音频采样率不低于44100。

3.视频其它条件

专业设备摄录；恰当的背景音乐；标准普通话配音，转场、特效、调色、封面等，配字幕（字幕大小、字体、颜色适应播放设备）。

4.专题科普讲座课件资源

完整的“功能性体能训练”科普讲座PPT；公开出版编著《功能性体能训练》自媒体教材。