



**FIRST**  
INTERNATIONAL  
FILM FESTIVAL  
XINING  
青年电影展



**FIRST**  
FANTASTIC  
FILM FESTIVAL  
惊喜电影展

2026.7.17-7.25  
2026.9.9-9.15

## **FIRST ONE 演员实验室章程**

2026 FIRST ONE LAB REGULATIONS AND RULES



## 一. 整体规则

### 1. 关于 FIRST ONE 演员实验室

FIRST ONE 演员实验室致力于推选对表演艺术葆有不懈追求、且具备深厚发展潜力的青年演员。通过深度联动西宁青年电影展与北京惊喜电影展，依托年度导师辅导与定制化课程体系，旨在构建起“演员-青年创作者-电影产业”之间的高效对话桥梁。我们鼓励具有独特质感与生猛生命力的个体进行“去标签化”的尝试，在精进镜头表现力的基础上，侧重培养其理解创作风格、洞察剧本逻辑及适应多种生产方式的复合能力。

本届实验室以“成为例外”为年度主题，力求在工业共性中锚定个性坐标，整合多向资源助力华语青年演员族群在专业沃土中实现破局成长。

**第二十届 FIRST 青年电影展将于 2026 年 7 月 17 日 - 7 月 25 日于青海省西宁市举行。**

**2026 年北京 FIRST 惊喜电影展将于 9 月 9 日 - 9 月 15 日于北京檀谷举行。**

### 2. 报名资质

- 年满 18 周岁，对表演抱有高度热忱与敬畏心，并具备极强的自我探索勇气；
- 无违法违纪记录，公众形象健康。

## 二. 报名须知

### 1. 报名时间与渠道

- **招募时间：2026 年 4 月 3 日 00:00 至 2026 年 5 月 20 日 23:59（北京时间）。**
- **报名渠道：**[FIRST 青年电影展官网](#) 在线报名。
- **完成标准：**申请者须在截止时间前完成在线报名、缴纳费用，并按要求提交所有相关申请材料。超期、材料缺漏或不符合要求者将不被纳入评审流程。



## 2. 费用标准

早鸟阶段	标准阶段	延迟阶段
4月3日 - 4月12日	4月13日 - 5月12日	5月13日 - 5月20日
100元人民币 / 人	200元人民币 / 人	500元人民币 / 人

- 费用标准以所有报名材料抵达组委会的时间为准。跨时段抵达的申请或须补缴差额。
- 报名费用缴纳后，您的相关资料将正式进入评审流程。报名截止（北京时间 2026 年 5 月 20 日 23:59）后，申请者原则上不得撤回报名。
- 申请者入选后，如无组委会认可的特殊原因，不得擅自退出本届演员实验室相关活动及评选流程。
- 报名费用缴纳后，若申请者未完成所需报名步骤或于任意阶段退出，报名费用概不退回。

## 3. 报名材料

材料类型	材料名称	具体内容
视频材料	* 命题陈述	<ul style="list-style-type: none"><li>• 陈述主题：“成为例外”</li><li>• 参考方向<ol style="list-style-type: none"><li>a. 讲述一件让你觉得“搞砸了”的小事</li><li>b. 介绍一位对你影响很深的人（除父母与老师）</li><li>c. 分享你手机备忘录里最近记下的一句话 / 一件事</li><li>d. 用 60 秒教学一件小事</li><li>e. 安利（推荐）一个你最近沉迷的东西</li><li>f. 一段生活的 vlog</li></ol></li><li>• 时长：3 分钟以内</li><li>• 要求：面对镜头，结合个人经历，阐述你对主题的理解。无后期剪辑，无美颜滤镜。</li></ul>



视频材料	过往表演片段集锦	参演作品 DEMO 片段。
非视频材料	跨界能力证明	能力形式不限，可展现表演之外的艺术才华。
	* 个人简历	包含基本信息、过往作品经历及经纪签约信息等。
	* 照片材料	生活照及工作照不少于 5 张，其中至少包含一张素颜或淡妆生活照）。
	推荐信	来自业内合作者，需包含具体合作案例的描述。

#### 4. 材料提交须知

##### 1) 视频材料规格：

- 命题陈述：mov/mp4，≤ 3 分钟，≤ 1GB，不得后期剪辑 / 美颜滤镜；
- 过往表演片段集锦：mov/mp4，≤ 15 分钟，≤ 500MB；
- 如为外语 / 方言内容则需中文字幕。

2) 非视频材料：个人简历、推荐信等文件材料均须为电子版 PDF 格式，照片材料须为 jpg. 格式，单个文件大小≤ 50MB。

3) 命名规范：所有提交文件须遵循“材料类型 + 姓名”的格式命名。

4) 水印要求：提交视频如需添加水印，请于右上角标注“FIRST ONE”或“FIRST Preview”，此外画面内容不得有任何其他水印标记，以免影响评审预览。

5) 权益与法律申明：申请者提交的材料须为本人独立完成或实质参与创作的作品。申请者须为所提交材料的著作权合法权利人或经合法授权的代表人，确保内容不侵犯第三方权益（包括但不限于肖像权、名誉权、著作权等），并符合中华人民共和国相关法律法规。

6) 技术故障处理：若在官网上传过程中遇到无法解决的技术故障，可将材料发送至官方邮箱：

[firstone@firstfilm.org.cn](mailto:firstone@firstfilm.org.cn)，并在邮件标题中注明“报名故障 + 姓名”。



## 5. 报名材料补替

- 1) 申请者须对报名所填信息及所提交材料的真实性、准确性、完整性负责。因信息填写错误、材料提交不全或不符合要求所导致的相关后果，由申请者自行承担。
- 2) 报名成功后，如确需更正信息或替换材料，须在报名完成后的 3 个自然日内，发送邮件至 [firstone@firstfilm.org.cn](mailto:firstone@firstfilm.org.cn) 提出申请。每位申请者在报名正式截止前，仅享有一次信息或材料更正机会。
- 3) 报名截止后，组委会将不再接受任何形式的材料补充或替换。

## 三. 评选流程

FIRST ONE 演员实验室涉及事务均由 FIRST 电影展组委会进行统筹执行，所有材料的评阅工作将在组委会的监督下由评审团完成。

### 1. 初审评审组

- **材料审阅：**初审评审组将对报名材料进行审阅。
- **面试通知：**组委会将于 5 月下旬通过邮件告知入围面试的申请者，并确认面试预约信息。
- **初审结果：**初审结果不作公开。组委会将于面试结束后 1-2 个自然日内邮件告知入围公开周终审的申请者。

### 2. 终审评审组

- **线下面试：**终审评审组将通过公开周线下面试，选定年度入选名单。
- **结果公布：**年度入选结果将于公开周现场公布，并随后进行官方公示。入选者须在规定时间内书面确认参展。

## 四. 奖项设置

FIRST ONE 演员实验室致力于在工业共性中锚定个性坐标，表彰具备独特质感与复合能力的青年演员。奖项授予入选者个人，由年度导师在年度入选名单中颁出。



### 【年度导师特别推介】（共 2-3 名）

该荣誉授予在实验室中展现出极具辨识度的个人质感、生猛生命力及深厚发展潜力的“例外”个体。

TA 们不被既定标签定义，在镜头前展现出真实、敞开且不可替代的表演生命力。

- **荣誉权益：**颁发荣誉证书，并由年度导师面向产业嘉宾进行重点推介。

## 五. 入选规则

### 1. 入选确认

- **确认程序：**收到入选通知后，须在规定时间内书面确认参展，并签署相关法律文件。
- **撤回限制：**确认入选后，申请者不得无故退出。拒绝配合者，组委会有权取消入选资格。如因个人原因擅自退出，由此产生的责任及影响由个人承担。

### 2. 信息使用授权

- 组委会有权为影展手册、官网及媒体宣传之目的，对申请材料（含文字、报名信息、剧照、视频等）进行编辑、公开展示及使用。

### 3. 核心活动安排

活动名称	时间与地点	参与内容
电影市场·公开周	6月1日 -6月5日 北京	沉浸于从选角到发行的电影工业全流程工坊，直面制片、导演、选角导演，在真实的产业语境中拓展认知边界，构建属于演员的专业方法论。
FIRST 青年电影展	7月11日 -7月17日 西宁	<b>直通训练营片场：</b> 年度入选演员将获得 FIRST 训练营的优先合作机会，在最具活力的创作现场，完成一次高浓度的电影短片拍摄实践。



<b>FIRST 青年电影展</b>	7月17日 -7月25日 西宁	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>分享会：</b>与资深从业者、青年创作者围坐对话，在松弛的交流中触碰行业脉搏，探寻合作可能。</li><li>• <b>公开推介：</b>由年度导师 / 演员实验室召集人面向产业公司代表及青年电影人进行推介。</li></ul>
<b>FIRST 惊喜电影展</b>	9月9日 -9月15日 北京	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>行业论坛：</b>入选演员将受邀参加业内资深电影人的专业论坛活动，通过跨界分享获取行业最前端的真知灼见，扩展更开阔的创作视野。</li><li>• <b>行业机会：</b>入选演员将有机会参与来自各大影视公司及导演工作室的现场选角，将年度积累转化为职业果实。</li></ul>

#### 4. 官方活动参与

- **优先观影：**针对部分展映影片，入选者享有优先预约权。
- **论坛 / 工坊：**优先预约参与行业论坛及专业工坊。
- **官方社交：**获邀出席官方酒会及惜别酒会，促进业内深度交流。
- **荣誉时刻：**入选电影人将受邀参加星光红毯及青年电影盛典与惊喜盛典。

\* 完成 FIRST ONE 演员实验室报名流程，即视为接受本章程中所列条款。

本章程的最终解释权及执行过程中的决定权归 FIRST 电影展组委会所有。组委会有权根据实际情况

对本章程未尽事宜进行补充说明，并对流程细则进行必要调整，调整后将通过官方渠道公布。

如有任何疑问，请发送邮件至 [firstone@firstfilm.org.cn](mailto:firstone@firstfilm.org.cn) 或致电 86-10-85564221 洽询。