

镜头	景别	运镜	拍摄手法	画面描述	剪辑手法	旁白文案
1	中景	摄像机固定，倍数固定，正好可以拍全整个床	室内灯补光，朦胧的色调	早晨，大学生不用上课还未起床，床上的窗帘还是拉上的。等大学生睡到自然醒后缓慢地拉开窗帘，最后伸了个大大的懒腰	硬切，直接展示拉着的窗帘	早晨睡到自然醒
2	近景	摄像机固定，倍数固定，透过镜子拍摄人物	室内灯补光，对焦镜子中的人像	大学生睡醒后在位子上打扮自己，确保每天都精致出门	叠化剪辑，使镜头切换不会过于突兀	每天精致出门
3	近景	倍数固定，从书柜侧面开拍再拍到人	室内灯补光，在书柜的另一侧通过上下层书柜的空隙拍到人物活动	课余时间，大学生在图书馆挑选书籍	叠化剪辑，叠化率偏小	去图书馆看书
4	近景	倍数固定，相机平移，最后平移到书上	室内灯补光，在人物的三分之二侧拍摄	课余时间，大学生在图书馆的自习室里看书	水墨剪辑	
5	远景	倍数固定，相机平移，捕捉人物走下楼梯	室内灯补光，镜头先聚焦绿植，在人物往下走的过程中平移相机拍摄人物动作	课余时间，大学生在图书馆三楼看完书之后下楼还书	雾化剪辑	
6	近景	倍数固定，摄像机推进	室外路灯补光，镜头由近及远拍人物背影，又由远及近往前推进	吃饭时间，大学生去学校小吃街开始觅食	雾化剪辑	买校园美食
7	近景	倍数固定，摄像机推进	室外路灯补光，镜头由远及近拍摄人物在购买美食的过程。镜头焦点在人，虚化画面中出现的糖葫芦	大学生在看到自己想吃的美食，在摊位前挑选	叠化剪辑	买校园美食
8	中景	摄像机固定，倍数固定	室外路灯补光，镜头固定拍摄人物在买卤货的过程	大学生在看到自己想吃的美食，在摊位前挑选并与老板沟通	叠化剪辑	买校园美食
9	近景	倍数固定，摄像机推进	室内灯补光，镜头先聚焦饮品表达活动内容，镜头拉远拍摄，聚焦人物	大学生在吃完饭后找个咖啡店落脚聊天	叠加剪辑	悠闲聊天
10	中景	倍数固定，摄像机半环绕拍摄	室内灯补光，镜头先聚焦在零食架上，表达活动内容；镜头拉远拍摄，聚焦人物	大学生在喝完咖啡后去超市购物囤零食	硬切	逛超市屯零食

镜头	景别	运镜	拍摄手法	画面描述	剪辑手法	旁白文案
11	近景	摄像机固定，倍数固定	室内灯补光，镜头聚焦在手机上	大学生在买完零食之后回到寝室十分无聊，因此开了把王者	叠化剪辑	开黑打游戏
12	近景	倍数固定，摄影师跟着人物步伐将镜头推进	室外路灯补光，镜头聚焦在两个人物上，虚化背景环境	大学生在打完游戏决定和朋友出去散步吹会晚风	叠化剪辑	和朋友出去散步
13	近景	倍数固定，镜头推进	室外路灯补光，镜头聚焦在一部手机上，后聚焦在另一部手机上，后镜头推进手机	大学生想要去偶像的生日会，奈何没有抢着门票；就在她感慨失望的时候她的朋友给了她一个惊喜，向她展示自己抢着的票	横向拉幕剪辑	哎呀，我好像去他这个生日会啊，但是我没抢着票，就在后天，怎么办啊！ 其实我已经帮你抢到了，噫噫！
14	近景	镜头跟着应援棒移动	室内灯补光，手持摄影	大学生开始了说走就走的旅行，到达演唱会现场并入座挥舞着手上的应援棒	叠化剪辑	
15	远景	摄像机固定，倍数固定	室内灯补光，镜头聚焦在舞台上的人物	大学生在台下看着台上闪闪发光的偶像	叠化剪辑	
16				以倒序手法播放之前的画面	快速剪辑	
17	近景	倍数固定，摄像机环绕拍摄	室内灯补光，朦胧的色调	大学生被闹铃声吵醒，发现刚刚的一切竟然都是自己做的梦。幻梦破碎，恍惚地关闭闹铃准备起床上早八	运用眨眼特效	