

项目 13：文本生成优化与创作设计

实训目标

使用豆包完成简历扩写润色、校园宣传稿创作，动手完成文本扩写、缩写、改写、提取、润色全类优化实操，手动校准 AI 生成的个人信息，贴合模板调整排版，掌握 AIGC 辅助文本精细化创作实操方法。

实训环境

Windows10 及以上、Office/WPS 表格、浏览器。

操作步骤

任务准备：

- 1、设备：准备一台可正常联网的电脑，确保设备运行流畅。
- 2、工具：选择豆包作为 AIGC 文本生成工具，提前完成账号注册与登录，熟悉工具的基础界面。

任务实施步骤：

任务一：个人简介创作

1、任务要求：假设你是一名计算机科学与技术专业的大三学生，现计划申请一份计算机相关的实习岗位。个人基本信息：1、教育背景：某大学计算机科学与技术专业，大三在读，本科学历；2、校园经历：曾参加校级“创新杯”计算机设计大赛，并获得二等奖；3、实习经历：曾在一家初创公司的市场部实习，担任新媒体社团的文案编辑；4、技能特长：熟练掌握 Python 编程语言，能使用 Pandas、NumPy 等库进行数据处理；同时精通 Excel，能运用函数和数据透视表进行数据分析与可视化。基于个人基本信息，请为自己撰写一份专业、出色的个人简历。

2、设计提示词：根据任务描述和要求设计提示词，示例如下。

请帮我撰写一份个人简历，核心信息包括姓名、专业、学历、校园经历、技能特长，语言正式严谨，符合简历规范，对校园经历部分进行扩写，突出个人能力，对技能特长部分进行润色，使其更精准具体，避免空洞表述。个人基本信息如下：

1、教育背景：某大学计算机科学与技术专业，大三在读，本科学历；

- 2、校园经历：曾参加校级“创新杯”计算机设计大赛，并获得二等奖；
- 3、实习经历：曾在一家初创公司的市场部实习，担任新媒体社团的文案编辑；
- 4、技能特长：熟练掌握 Python 编程语言，能使用 Pandas、NumPy 等库进行数据处理；同时熟练使用 Excel，能运用函数和数据透视表进行数据分析与可视化。

豆包生成内容如图 13-1 所示。



注：本图内容由豆包 AI 生成

图 13-1 个人简历初稿（部分）

3、优化调整：结合自身实际情况，对生成的简历进行核对与修改，一是修正信息偏差，确保专业、经历等基础信息准确无误；二是优化语言表达，删除冗余内容，调整句式，使简历更简洁严谨，贴合计算机岗位的专业调性；三是补充细节，对扩写的竞赛和实习经历进行筛选，突出技术能力和实践成果，避免过度冗余。

4、调整格式：可提供个人简历模板，将个人简历调整至与模板适配。优化后提示词示例如下。豆包生成内容如图 13-2 所示。

请参考提供的简历模板，优化一下个人简历内容，匹配模板。

<<

个人简历

基本信息

教育背景

校园经历

实习经历

技能证书

自我评价

个人简历

Personal resume

基本信息

姓 名: XXX

民 族: 汉

出生年月: XXXX.XX

身 高: XXX

政治面貌: XXX

毕业院校: 某大学

学 历: 本科 (大三在读)

专 业: 计算机科学与技术

电 话: 138XXX8888

邮 箱: XXXX@163.com

住 址: XX省XX市XX区

教育背景

2023.09-至今 某大学 计算机科学与技术 本科

主修课程: 数据结构、Python程序设计、数据库原理、计算机网络、统计学、算法分析、数据分析基础

注：本图内容由豆包 AI 生成

图 13-2 个人简历（部分）

任务二：校园活动宣传稿写作和润色

1、任务要求：学校准备举办校园文化艺术节，活动主题为“青春逐梦，艺彩校园”，时间为 10 月 28 日-11 月 3 日，地点为校园大礼堂、操场，参与对象为全体在校学生，活动内容包括文艺汇演、书画展览、手工市集等。假设你是学生会策划部负责人，请为活动写一份宣传稿，要求核心信息完整，明确活动主题、时间、地点、参与对象、活动内容等关键信息，语言生动有感染力、贴合校园氛围且适合学生群体阅读，无生硬、晦涩表述，对文艺汇演、书画展览、手工市集等活动内容进行合理扩写以突出活动特色与吸引力，调动学生参与积极性，篇幅控制在 500 字，整体逻辑连贯、层次清晰，可直接用于校园海报、公众号推送等宣传场景。

2、设计提示词：根据任务描述和要求设计提示词，示例如下。

我是学生会策划部负责人，学校准备举办校园文化艺术节，活动主题为“青春逐梦，艺彩校园”，时间为 10 月 28 日-11 月 3 日，地点为校园大礼堂、操场，参与对象为全体在校学生，活动内容包括文艺汇演、书画展览、手工市集，请帮我撰写一篇活动宣传稿，要求核心信息完整，语言生动有感染力、贴合校园氛围，适合学生阅读，对各活动内容进行扩写，突出活动特色与吸引力，调动学生参与积极性，篇幅控制在 500 字以内，逻辑连贯、层次清晰，可直接用于校园海报、公众号推送。

豆包生成内容如图 13-3 所示。

青春逐梦，艺彩校园

——校园文化艺术节邀你共赴盛会

青春逢盛世，艺彩映校园！为丰富校园文化生活，展现学子青春风采，我校校园文化艺术节即将启幕，以“青春逐梦，艺彩校园”为主题，诚邀全体在校学子，共赴这场青春与艺术的狂欢，用热爱点亮校园，用才艺书写梦想！

本次艺术节将于10月28日至11月3日，在校园大礼堂、操场温情绽放，覆盖全体在校学生，无需门槛，无需胆怯，只要你心怀热爱，就能在这里找到属于自己的光芒。

文艺汇演率先登场，10月28日校园大礼堂，歌声婉转、舞姿灵动，小品、朗诵、乐器演奏轮番上演，每一个节目都承载着学子的赤诚与热爱，用青春旋律点燃现场，带你沉浸式感受艺术的魅力。

笔墨传情，艺韵留香，10月29日至11月3日，操场书画展区佳作云集，书法作品笔走龙蛇，绘画作品色彩斑斓，每一笔都流淌着青春诗意，你可驻足观赏，也可投票助力心仪作品，在墨香中遇见青春美学。

创意无限的手工市集同步开启，11月1日至3日操场摊位林立，同学们亲手制作的手工艺品、文创周边独一无二，既能挑选心仪好物，也能摆摊分享创作喜悦，在互动中收获友谊与成长。

七天盛会，三大亮点，不负青春，不负热爱！10月28日-11月3日，校园大礼堂、操场，让我们并肩同行，以艺为媒，逐梦青春，共绘校园文化新画卷，不见不散！

注：本图内容由豆包 AI 生成

图 13-3 校园活动宣传稿初稿

3、优化调整：核对宣传稿，一是确认活动各关键信息准确无误，贴合“青春逐梦，艺彩校园”的活动主题；二是优化扩写内容，删除与活动无关的冗余描述，突出文艺汇演的节目特色、书画展览的作品类型、手工市集的互动亮点，增强吸引力；三是润色语言，修正生硬句式，增加贴合校园场景的表述，提升宣传感染力；四是改写不合理段落，确保文案逻辑连贯、层次清晰。

4、调整格式：优化宣传稿格式，适配校园海报、公众号直接发布需求。优化后提示词，示例如下。

优化宣传稿格式，适配校园海报、公众号直接发布需求，具体要求如下：

1、标题

格式：【校园盛会】+“青春逐梦，艺彩校园”。

风格：简洁有力，富有号召力，并在标题中适当添加 Emoji 表情以吸引注意力。

2、开篇导语

篇幅：1-2 句话。

内容：直击主题，点明活动目的。

语气：亲切自然，充满青春活力，拒绝官话套话。

3、核心信息

格式：分 3 段，每段仅一句话。

排版：采用“Emoji+加粗关键词：具体内容”的形式。

必填项：必须包含“活动时间”、“活动地点”、“参与对象”。

4、活动亮点

结构：分 3 点列出。

内容：每点需包含“活动名称+具体时间+地点+一句特色描述”。

风格：简洁明了，突出活动的吸引力和独特性。

5、结尾号召

篇幅：1-2 句话。

内容：发出热情邀请，并附带“欢迎转发/分享给同学”的提示。

整体规范

字数：控制在 500 字左右。

语言：贴合学生审美，多用短句，节奏轻快。

排版：关键信息必须加粗，段落之间留白清晰，确保用户扫一眼即可获取核心信息。

豆包生成内容如图 13-4 所示。

【校园盛会】青春逐梦，艺彩校园——校园文化艺术节邀你共赴！

✨ 青春逢盛世，艺彩映校园 ✨

为丰富校园文化生活，展现全体学子的青春风采与创意活力，我校校园文化艺术节，以“青春逐梦，艺彩校园”为主题，盛大启幕！无门槛、全开放，邀每一位在校学子，共赴这场专属青春与艺术的狂欢盛宴！

📅 **活动时间：**10月28日—11月3日

📍 **活动地点：**校园大礼堂、操场

👥 **参与对象：**全体在校学生

🏆 **三大核心活动，亮点十足！**

✅ **文艺汇演**（10月28日 大礼堂）：歌声婉转、舞姿灵动，小品、朗诵、乐器演奏轮番上演，用青春旋律点燃现场，解锁学子们的隐藏才艺！

✅ **书画展览**（10月29日—11月3日 操场）：笔墨传情，佳作云集，书法笔走龙蛇，绘画色彩斑斓，驻足观赏，在墨香中感受青春诗意。

✅ **手工市集**（11月1日—11月3日 操场）：创意摊位林立，手工艺品、文创周边独一无二，可逛可买可摆摊，分享创作快乐，收获青春友谊！

💖 **青春无界，艺无止境**

七天盛会，三大亮点，不负热爱，不负韶华！10月28日—11月3日，校园大礼堂、操场，我们不见不散，一起以艺为媒，逐梦青春，共绘校园艺彩新篇！

📢 **转发扩散，邀好友共赴这场青春之约！**

注：本图内容由豆包 AI 生成

图 13-4 校园活动宣传稿（优化）

任务三：旅游策划

1、任务要求：你是一名大学生，计划在国庆假期和 2 名室友一起去周边城市短途旅游，目的地为本地古镇，出行时间为 3 天 2 晚，预算每人 1000 元以内，想兼顾游玩、美食和休闲，不赶行程。请使用 AIGC 工具为自己撰写一份详细的旅游计划，要求核心信息完整，明确出行时间、目的地、同行人员、预算、每日行程安排、注意事项等关键信息，语言简洁明了、亲切自然，贴合大学生旅游需求，无生硬、晦涩表述，对每日行程、美食推荐、住宿选择等内容进行合理扩写以突出实用性和可操作性，兼顾性价比，整体逻辑连贯、层次清晰，行程安排合理不紧凑，可直接用于实际出行参考。

2、设计提示词：根据任务描述和要求设计提示词，示例如下。

我是一名大学生，计划国庆假期和 2 名室友去大理旅游，出行时间 3 天 2 晚，预算每人 1000 元以内，想兼顾游玩、美食和休闲，不赶行程，请帮我撰写一份详细的旅游计划，要求核心信息完整，明确出行时间、目的地、预算、每日行程、注意事项，语言简洁明了、亲切自然，贴合大学生需求，对每日行程、美食推荐、住宿选择进行扩写，突出实用性和可操作性，兼顾性价比，行程安排合理不紧凑，可直接用于实际

出行参考。

豆包生成内容如图 13-5 所示。

<<
大理3天2晚大学生旅游计划 (...
一、核心信息
二、住宿选择 (性价比优先)
住宿区域: 大理古城南门/苍山...
三、每日详细行程 (慢节奏、不...
Day1: 大理古城漫游+洱海日...
上午 (9:00-12:00): 抵达...
下午 (14:00-18:00): 洱海...
晚上 (18:30-21:00): 古城...
Day2: 喜洲古镇+白族文化体...
上午 (9:00-12:30): 喜洲...
下午 (13:30-18:00): 周城...
晚上 (18:30-21:00): 古城...
Day3: 苍山轻徒步+寂照庵素...
上午 (9:00-12:30): 苍山...
下午 (13:30-17:00): 古城...
四、美食推荐 (人均实惠、不踩...
古城必吃
喜洲必吃
洱海沿线必吃
五、注意事项 (实用避坑)

大理3天2晚大学生旅游计划 (人均≤1000元)

一、核心信息

- **出行时间:** 2026年国庆假期 (10月1日-10月3日, 3天2晚)
- **出行人数:** 3人 (大学生室友)
- **出行目的地:** 云南大理 (大理古城、洱海、喜洲古镇、苍山)
- **预算规划 (人均):** 总预算980元, 严格控制在1000元内
 - 住宿: 240元 (120元/晚×2晚, 古城青旅/平价民宿)
 - 餐饮: 240元 (80元/天, 小吃+正餐结合)
 - 交通: 150元 (电动车+公交+拼车)
 - 景点: 200元 (苍山索道+喜洲体验, 学生证半价)
 - 备用金: 150元 (应急、零食、伴手礼)
- **出行主题:** 慢游大理, 兼顾古城人文、洱海风光、白族美食, 不赶行程、轻松休闲

二、住宿选择 (性价比优先)

住宿区域: 大理古城南门/苍山门附近 (2晚连住, 不用换房)

- **推荐类型:** 青旅多人间/平价民宿标间 (3人拼房更划算)
- **推荐房源:**
 - a. 古城等风来青旅: 120元/晚 (多人间床位, 有天台看苍山, 公共区域可聊天, 老板给攻略)
 - b. 云泊清渡民宿: 130元/晚 (南门附近, 步行10步到古城, 干净整洁, 适合学生党)
- **优势:** 出行便利, 步行逛古城、吃小吃; 离洱海生态廊道近, 租电动车方便; 国庆提前1个月预

注: 本图内容由豆包 AI 生成

图 13-5 云南旅游计划初稿 (部分)

3、优化调整: 核对旅游计划, 一是检查核心信息的准确性, 补充遗漏的出行细节 (如交通方式、集合时间), 确保计划可落地; 二是优化扩写内容, 删除不合理的行程安排, 补充大学生喜欢的美食、小众游玩打卡点, 控制预算在每人 1000 元以内; 三是润色语言, 调整语气, 使其亲切自然, 贴合大学生交流风格, 修正生硬感; 四是调整行程逻辑, 确保每日行程不紧凑, 兼顾游玩与休闲, 符合短途旅游需求。优化后提示词示例如下。

我是一名大学生, 计划国庆假期和 2 名室友去大理旅游, 出行时间 3 天 2 晚, 预算每人 1000 元以内, 想兼顾游玩、美食和休闲, 不赶行程, 请帮我撰写一份详细的旅游计划, 具体要求如下:

1、核心信息完整: 明确出行时间、目的地、总预算及分配、每日行程框架、关键注意事项。

2、每日行程: 细化到上午、下午、晚上的具体安排, 包含景点、交通方式、时长预估, 突出“不赶行程”的松弛感。

3、美食推荐: 列出具体菜品、店铺名称、人均价格, 兼顾特色与性价比, 避开游客

- 陷阱。
- 4、住宿选择：推荐具体区域及性价比民宿/青旅，说明选择理由（如交通便利、价格实惠）。
- 5、语言风格：简洁明了、亲切自然，贴合大学生口语习惯。
- 6、实用性与可操作性：行程衔接合理，交通、门票、餐饮等信息准确，可直接用于实际出行参考，突出性价比。

豆包生成内容如图 13-6 所示。相比于初次计划更加细致，单击文档编辑上方编辑栏中【下载】，导出旅游计划，如图 13-7 所示。

<<

大理3天2晚大学生旅游计划（...
一、核心信息（一眼看懂，不踩坑...
二、住宿选择（性价比首选，住...
三、每日详细行程（松弛不赶， ...
Day1：大理古城漫游+洱海日...
Day2：喜洲古镇+白族文化体...
Day3：苍山轻徒步+返程（轻...
四、美食推荐（大学生必吃，性...
古城必吃（人均5-60元，避开...
喜洲必吃（人均10-50元，田...
洱海沿线必吃（人均50-70元...
五、关键注意事项（必看！避坑...

大理3天2晚大学生旅游计划（人均≤1000元，松弛不赶行程）

一、核心信息（一眼看懂，不踩坑）

- 出行时间：2026年国庆假期（10月1日-10月3日，3天2晚，不用早起赶车，主打一个休闲）
- 出行人数：3人（室友搭子，互相照应、拼单更划算）
- 目的地：云南大理（聚焦大理古城、洱海生态廊道、喜洲古镇、苍山，不贪多，慢逛细品）
- 总预算及分配（人均）：合计975元，严格控制在1000元内，备用金留着应急
 - 住宿：230元（115元/晚×2晚，3人拼房，性价比拉满）
 - 餐饮：240元（80元/天，小吃+正餐结合，不浪费、不踩雷）
 - 交通：155元（电动车+公交+拼车，比打车省一半钱）
 - 景点：200元（苍山索道+喜洲扎染体验，学生证半价，主打刚需）
 - 备用金：150元（买伴手礼、应急、吃点小零食）
- 行程框架：Day1 古城漫游+洱海日落→Day2 喜洲古镇+白族文化→Day3 苍山轻徒步+返程，全程不赶时间，累了就歇
- 关键注意事项：提前1个月订住宿，国庆不涨价；大理紫外线巨强，防晒必带；交通优先拼车/电动车，避开黑车；吃饭先看菜单，不被宰

二、住宿选择（性价比首选，住得舒服又方便）

首选「大理古城南门附近」，2晚连住不换房，省去搬行李的麻烦，步行就能逛古城、吃小吃，租电

注：本图内容由豆包 AI 生成

图 13-6 云南旅游计划（部分）

<<
大理3天2晚大学生旅游计划 (...
一、核心信息 (一眼看懂, 不踩坑...
二、住宿选择 (性价比首选, 住...
三、每日详细行程 (松弛不赶, ...
Day1: 大理古城漫游+洱海日...
Day2: 喜洲古镇+白族文化体...
Day3: 苍山轻徒步+返程 (轻...
四、美食推荐 (大学生必吃, 性...
古城必吃 (人均5-60元, 避开...
喜洲必吃 (人均10-50元, 田...
洱海沿线必吃 (人均50-70元...
五、关键注意事项 (必看! 避坑...

大理3天2晚大学生旅游计划 (人均≤1000元, 松弛不赶行程)

一、核心信息 (一眼看懂, 不踩坑)

- **出行时间:** 2026年国庆假期 (10月1日-10月3日, 3天2晚, 不用早起赶车, 主打一个休闲)
- **出行人数:** 3人 (室友搭子, 互相照应、拼单更划算)
- **目的地:** 云南大理 (聚焦大理古城、洱海生态廊道、喜洲古镇、苍山, 不贪多, 慢逛细品)
- **总预算及分配 (人均):** 合计975元, 严格控制在1000元内, 备用金留着应急
 - 住宿: 230元 (115元/晚×2晚, 3人拼房, 性价比拉满)
 - 餐饮: 240元 (80元/天, 小吃+正餐结合, 不浪费、不踩雷)
 - 交通: 155元 (电动车+公交+拼车, 比打车省一半钱)
 - 景点: 200元 (苍山索道+喜洲扎染体验, 学生证半价, 主打刚需)
 - 备用金: 150元 (买伴手礼、应急、吃点小零食)
- **行程框架:** Day1 古城漫游+洱海日落→Day2 喜洲古镇+白族文化→Day3 苍山轻徒步+返程, 全程不赶时间, 累了就歇
- **关键注意事项:** 提前1个月订住宿, 国庆不涨价; 大理紫外线巨强, 防晒必带; 交通优先拼车/电动车, 避开黑车; 吃饭先看菜单, 不被宰

二、住宿选择 (性价比首选, 住得舒服又方便)

注: 本图内容由豆包 AI 生成

图 13-7 云南旅游计划下载操作页面

4、调整输出格式: 为了清晰呈现计划, 将最终优化好的旅游计划文本内容转化为 PPT 输出, 分享给同行小伙伴。打开豆包新对话, 对话框下方选择【PPT 生成】, 即可开启 PPT 制作, 如图 13-8 所示。然后单击对话框【上传文件】, 上传下载好的旅游计划, 如图 13-9 所示。

有什么我能帮你的吗？

- 资讯：字节跳动发布 Seeduplex 语音大模型并上线豆包
- AI聊天记录隐私和安全如何保障？
- 量子纠缠和双生概念有什么共通性？
- 帮我找到婚姻状况的统计数据
- 资讯：4月9日半导体及算力龙头股创历史新高
- 数据可视化在数据挖掘结果中扮演什么角色？
- 给我几个创意的毕业祝福语
- 复合概率在保险精算中有什么作用？
- 资讯：SK 海力士计划超半数 DRAM 产能转 1c 工艺



图 13-8 豆包 PPT 生成操作页面



图 13-9 豆包 PPT 生成-上传文件操作页面

上传好旅游计划后，在对话框输入 PPT 提示词，提示词示例如下。

基于上传的旅游计划，制作一份结构完整、可直接用于出行参考的 PPT，具体要求如下：

- 1、内容适配 PPT 逻辑：将文字版攻略转化为分页 PPT 内容，每页聚焦 1 个核心主题，避免信息堆砌，关键数据（如预算、时间节点、价格）突出显示。
- 2、视觉风格：清新自然，融入大理元素（如洱海蓝、苍山绿、白族扎染纹理），搭配简洁图标与实景图占位符，符合大学生审美，不花哨。

3、结构完整：覆盖旅行计划核心模块，从行前准备到每日行程、美食住宿、避坑指南，逻辑连贯，便于快速查阅。

豆包生成的 PPT 部分页面如图所示 13-10 所示。



注：本图内容由豆包 AI 生成

图 13-10 云南旅游计划 PPT 部分页面

任务四：个人 vlog 脚本

1、任务要求：你是一名大学生，计划在周末拍摄一条“校园周末日常”vlog，拍摄场景包括图书馆学习、食堂干饭、操场散步 3 个部分，想记录自己的周末生活。请使用 AIGC 工具为自己撰写一份 vlog 脚本，要求结构完整，包含镜头序号、镜头描述、台词/旁白、时长分配 4 个核心模块，适配 1-2 分钟 vlog 拍摄，镜头描述具体详细，明确动作、环境、镜头角度等细节，可直接用于拍摄参考，台词/旁白自然亲切，贴合大学生的表达语气，无生硬、刻板表述且与镜头衔接流畅，内容积极向上、贴合大学生周末日常场景，整体逻辑连贯、无冗余内容，时长控制精准。

2、设计提示词：根据任务描述和要求设计提示词，示例如下。

请写一份大学生的“校园周末日常”vlog 脚本，核心场景为图书馆学习、食堂用餐、操场散步，时长 1-2 分钟，脚本需包含镜头序号、镜头描述、台词/旁白、时长分配 4 个模块，要求对每个场景的镜头描述进行扩写，补充动作、环境、镜头角度等细节，对台词/旁白进行改写，使其自然亲切，贴合大学生的表达语气，对整体脚本进行润色，修正生硬表述，确保镜头与台词衔接流畅，内容积极向上，时长控制精准，可直接用于拍摄。

豆包生成内容如图 13-11 所示。

大学生校园周末日常vlog脚本（1-2分钟）

核心主题：松弛感周末 | 学习+干饭+散步，简单充实的校园日常，积极向上、适配短时长拍摄，可直接使用
总时长：1分45秒（精准分配镜头，兼顾细节与流畅度，可微调±5秒）

镜头序号	镜头描述 (含动作、环境、角度)	台词/旁白 (自然亲切, 贴合大学生语气)	时长分配
1 (开场+转场图书馆)	近景 (俯拍转跟拍)：清晨阳光透过宿舍窗帘, 落在床头手机上 (显示8:40), 女生伸手拿手机, 揉眼浅笑划开屏幕; 切中景跟拍: 女生背双肩包、穿休闲卫衣, 轻快走在校园小径, 路边梧桐叶轻摇, 阳光洒在发梢, 镜头随她推进图书馆正门, 室内光线柔和过渡。	旁白 (轻快慵懒)：周末不摆烂! 没有早八的快乐, 就是慢慢起床, 去图书馆充个电~	18秒
2 (图书馆学习)	全景转近景: 图书馆自习区宽敞明亮, 同学们安静学习, 镜头聚焦靠窗位置, 女生放下书包, 拿出课本、笔记本, 抚平褶皱、调整坐姿, 侧拍捕捉她低头写字的认真侧脸, 笔尖滑动特写, 阳光在书页上留斑驳光影, 偶尔抬手揉肩喝水, 眼神依旧专注。	旁白 (轻声柔和)：靠窗学习也太治愈啦, 安安静静赶进度, 不辜负周末的好时光 ✨	25秒

注：本图内容由豆包 AI 生成

图 13-11 校园日常 vlog 脚本初稿（部分）

3、优化调整：核对脚本，一是补充完善镜头描述，明确图书馆的环境、学习的动作，食堂的菜品、干饭的状态，操场的场景、散步的节奏及镜头角度，确保可直接用于拍摄参考；二是改写台词/旁白，调整语气，加入大学生常用的口语化表达，使其贴合个人表达习惯，避免生硬刻板；三是润色文本，修正语法错误，调整衔接语句，确保镜头与台词衔接流畅；四是控制脚本时长，对冗余的镜头描述或台词进行缩写，确保符合 1-2 分钟的要求，每个场景时长分配合理。优化后的提示词如下。

请写一份大学生的“校园周末日常”vlog 脚本，核心场景为图书馆学习、食堂用餐、操场散步。具体要求如下：

1、镜头描述

图书馆：写清光线（如晨光/台灯）、布局（书架/自习桌）、动作（翻书/记笔记/伸懒腰）。

食堂：写清菜品（如糖醋里脊/麻辣烫）、干饭状态（大口吃/满足表情）。

操场：写清场景（跑道/草坪/人群）、散步节奏、镜头角度（跟拍/俯拍/特写）。

必须补充：每个镜头的运镜方式（如推/拉/摇/移/跟拍）、转场设计（如硬切/叠化/动作衔接/遮罩转场）。

2、台词要接地气

使用轻松自然的大学生口语风格（如'真的太棒了'、'主打一个放松'），语气轻松像聊天，避免过于书面化。

3、格式规范

包含【镜头序号】【镜头描述】【台词/旁白】【预估时长】四列。

总时长控制在 1-2 分钟，三大场景时间分配合理。

豆包生成内容如图 13-12 所示。每个镜头都增加运镜描述和转场设计，vlog 脚本设计更加细致，具有可执行性。

大学生校园周末日常vlog脚本（1-2分钟）

总时长：1分50秒，三大场景时长分配合理；运镜、转场清晰，台词接地气，格式规范，可直接拍摄

镜头序号	镜头描述（含环境、动作、运镜、转场）	台词/旁白（大学生口语，轻松聊天感）	预估时长
1（开场+转场图书馆）	运镜：俯拍+跟拍+推镜；转场：动作衔接转场（起身背包衔接出门）。俯拍：宿舍书桌，晨光透过窗帘缝隙洒在课本上，手机显示8:45；跟拍：女生揉眼起身，随手抓过双肩包，整理头发；推镜：女生走出宿舍门，镜头推进至校园小径，路边有整齐的书架造型装饰，晨光柔和。	旁白（慵懒又轻快）：谁懂啊宝子们！周末不用赶早八，起得刚刚好，主打一个松弛不摆烂，今天去图书馆充充电～	20秒
2（图书馆学习）	运镜：摇镜+特写+跟拍；转场：叠化转场（低头写字叠化至抬头休息）。摇镜：图书馆自习区，左侧是高大书架，摆满书籍，右侧是整齐的自习桌，晨光透过落地窗洒在桌面；特写：女生坐下，拿出课本、笔记本和笔，翻书、低头记笔记，笔尖快速滑动，偶尔皱下眉思考；跟拍：女生伸懒腰、揉	旁白（轻声聊天感）：找个靠窗的位置也太绝了吧，晨光不刺眼，安安静静赶作业，写累了就歇一歇，效率拉满！	28秒

注：本图内容由豆包 AI 生成

图 13-12 校园日常 vlog 脚本（部分）

注意事项

- 1、简历实操人工核对全部个人信息，禁止 AI 虚构经历、技能；
- 2、宣传稿实操严格控制字数，按需缩写精简篇幅；
- 3、优化完成后通读两遍，修正 AI 不通顺语句；
- 4、校园宣传内容客观写实，不夸大虚假宣传