# 摄影助理每月的工作总结和计划 摄影师助理月总结(5篇)

来源：网络 作者：诗酒琴音 更新时间：2024-06-25

*摄影助理每月的工作总结和计划 摄影师助理月总结一1、人际关系的进步我在的单位是\_巴黎婚纱，在这个影楼工作了俩个月，我刚开始去了，住的是碧玉华府小区的员工楼，前几天由于挺新鲜的，后来我却是不适应了，因为我一直在宿舍和大学同学都特别的好，慢慢的...*

**摄影助理每月的工作总结和计划 摄影师助理月总结一**

1、人际关系的进步

我在的单位是\_巴黎婚纱，在这个影楼工作了俩个月，我刚开始去了，住的是碧玉华府小区的员工楼，前几天由于挺新鲜的，后来我却是不适应了，因为我一直在宿舍和大学同学都特别的好，慢慢的我知道，原来在影楼工作的他们都是技校毕业的，或者是艺校毕业的，他们都特别有个性，很个性，我是一个比较传统的女孩，和他们一起，我们的说话方式和我们不一样，而且开的玩笑也不一样，我渐渐不知道怎么与她们相处，社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。经过了一段时间，她们渐渐和我特别好，我也不自觉融入了我们电脑部，其中有一个是我的师傅吧，她教我影楼最基本的调色，怎样把一个难看的片子调的好看，后来，我又慢慢学习会了修片，后来基本一天修一百张片子，基本每天对着电脑，不知道什么叫做累，后来要开学了，我要走了，我离开的那天，正好下着鱼，她们把我送上公交车，看着我走了，我心里也是很舍不得，虽然刚开始我是那么的不适应。后来我明白了，确实每个人都有他的优点，关键在于你看她们的心态，还有就是别人没有理由对你好，如果她们对你好，你就应该感到幸运，感谢她们，珍惜对方对你的帮助。现在我想开学一定再回去看看她们，给她们带一些我们家乡的特产，我真的很想她们，巴黎的好姐妹们。

2、实践出真理

我在学调色和修片的同时，也帮着客人看板，看板也就是我们影楼设计好了婚纱模版，然后让客人看，我从中也遇到了不少人，让我终身难忘。现在的人越来越有个性，越来越挑剔，有的客人看着这个版面不好，那个版面不好，基本都让重新换版，这不仅增加来了我们的工作量，而且我基本上都必须得用我的专业知识，将他们打压下去，基本上我自己底气得特别足，我是专业的，你得听我的，这样是的，就是的，在梁姐的鼓励下，我慢慢适应了各种各样的客人，懂得看什么人的脸色，基本知道，他哪部满意，想怎么样改，怎么样将任务量降到最低，因为人都会认为自己是最漂亮的，所以基本上每天在不停地夸她们漂亮，还有很多客人为了提前拷走底片，竟然和我玩起了，捉迷藏，把我引走，然后偷着插优盘，明天和各种的人相处下来，我，对与我这种钢接触社会的人来说，很累，不仅仅是身体累，还是心理上更累，另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

3、挣钱真的很辛苦

我们这个专业是靠手吃饭的，手快的挣钱就很多，手慢的就不行了，虽然它以后挣钱还可以吧，但是以后的工作量会很大，尤其是以后成家了以后，为了养家更得拼命工作了，我觉得很辛苦，但是三十而立，现在不拼搏何时拼搏?所以现在必须做好心理准备，以后想在大城市工作生活，辛苦挣钱那是必须的。整天在公司辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，好辛苦啊!在那时，我才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易!21世纪是职业女性的社会，女孩子就算不做女强人，但是最基本也得经济独立，只有经济独立才有人格的独立。

通过这次社会的实践，我学会了自立，懂得了团队在工作中的作用，为以后的工作和学习提供了宝贵的经验和教训，我会依次为起点，以后更加勤奋学习，锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力!

**摄影助理每月的工作总结和计划 摄影师助理月总结二**

摄影助理顾名思义就是摄影师的助理，协助正式拍摄的摄影师完成拍摄工作,从中也可以学到不少的摄影技巧哦。下面小编给大家带来摄影助理每月的工作总结范文，希望大家喜欢!

每次看电视看电影都会看到一些工作人员肩上扛着一个机器，我知道那是拍摄用的仪器。看着工作人员扛着它转一圈就后就把所需要的东西拍下来了。看的时候挺容易的，也挺羡慕的，什么时候我也有机会过一下瘾呢。这个机会终于来了。原本计划的学期末的校外实习，因为甲流的流行，学校给我们安排了校内的实习的内容，就是我们这次的摄影摄像实训，在我们组所有成员的共同努力下，我们的工作也进入了后期的制作过程，很开心，很高兴，又一部属于我们自己的电影即将面世了，虽然它比不上那些大导演拍摄的，比不上那些获奖的校园短剧，但是我们还是很欣慰，因为里面是我们成员的心血，我们为之付出很多，所以我们对我们的创作还是很满意的，即完成了学校留给的实践任务，又创作了属于自己的电影，我们没有理由不高兴，下面就先简单谈谈我们电影的创作已经拍摄内容吧。

时间过得真快，转眼又到了学期末，每学期的实习还是正常进行，今年由一些特殊的原因，我们的实践要在学校完成，拍摄一部校园短剧，这对于我们不是什么难的事情，毕竟以前也拍摄过校园的短剧。但是老师要求说这次的拍摄不能再像以前那样，要求我们要比以前做的更好，做的更专业。有幸和我们组的其他几位同学分在一组，在大家的齐心协力下，我们的任务也完成的很顺利。

先说前期剧本的创作，老师要求我们要不落俗套，宣传积极向上的大学生活，由于以前拍摄的时候，大都是爱情的题材，所以这次我们几个决定宣扬一下大学友情，大家花了一个下午的时间，终于在网上找了一个关于友情的剧本，可是几都看着不行，于是，张冬和天骄把剧本给给的面目全非，可我们看来发现，她们改过的剧本才是我们正是生活的反应，所以我们的剧本也算是原创了。当把剧本发送个老师之后，老师说，我们的写的不符合要求，要有分镜头脚本，于是又一次大的改动，这也让我们后期的拍摄和制作轻松了不少。

剧本终于定了，我们几个面临的第二个问题就来了，那就是演员怎么办，还好，大家一起都拍过，在我们这个剧组第一次聚餐的时候就把演员给定了，每个人都有自己的任务，最辛苦的还是张冬了，既要导演，又要摄像，还得客串。终于开始拍摄了，才发现每次拍东西都不是那么简单的事情，毕竟我们没有接受过专业的训练，一切都是凭着自己的感觉去摸索，去前进，每天上周早早的起来，还有几天中午饭都顾不上吃，在餐厅看着饭不能去吃，因为要拍摄画面，大冷的天，要穿着毛衣进行拍摄，一个个都冻的不行，可我们快乐着，总是自己的事情感觉成就会更大，伴随着我们的剧本，走遍了学校的餐厅，图书馆，自习室，走进了女生宿舍，同样也让我们的导演第一次进了男生宿舍，走出来学校，去国际城，去我们曾经经常去的后街，为了一个不到几分钟的镜头，我们组的人坐了三个小时的车，去郑州拍摄那不到三分钟的镜头。不管别人说我们敬业还好，说我们追求完美还好，我们自己是快乐的，为了那一点点小小的成就感，有时候付出再多的努力也是值得的。

一、实习安排

这次写生分为两周，第一周在市内实习，我主要只对古代留下的景观进行拍摄;第二周去养子沟和龙峪湾进行集中摄影实习。

二、实习要求

了解相机的性能，熟悉操作相机，在取景的角度和光线方面也要熟练地选择，提高拍摄作品的艺术性。

三、实习感悟

经过这几天的摄影实习，我明白了很多，自然界中很多优美、生动的形象，只要是通过丰富的光影、引人的情调，就可以从平凡的物体中揭示出一种隐含着静中似动、栩栩如生、意味深长的情景，使人看后兴奋、愉悦、联想，享受到一种别样的乐趣。我拍的《蝶恋花》、《寻梦》分别以蝴蝶和乌龟表达我对这两中生物的敬意;蝴蝶虽有沾花惹草之嫌，然而蝴蝶在与一朵花交流时是尽心尽力的，没有半点三心二意，可以说蝴蝶是在追求一种恋爱的过程，没有想要结果，忽略结果的生物是幸福的，它不用为前途发忧，因为前途快乐、以至于所有都在胸中;《寻梦》中的乌龟，迈动着笨拙的四肢在水里很用心的朝着目标走，我当时守在一边，一直看到小乌龟走哦一朵荷花下，中途没有被别的乌龟引诱下来，停止自己的目标，而是一往直前，直到到达目的地。这两幅照片的构图格式都是三分法构图，主体物都在画面的三分之一的地方，这样整个格局显得大方得体。

在摄影的过程中，我深刻的体会到“世上不是缺少美，而是缺少发现美的眼睛”,古语有“十步之内，必有芳草”的说法，身边的美在不起眼处就可以发现，只要合理运用，通过自己的细心观察，充分发掘被摄物体的美点，把其转化成为创造性的画面形象，就可以得到很美的照片;我在拍《风起云涌》和《镜花水月》的时候，都是起的很早，在平时不怎么引人注目的景色，只要有特定的条件都可以变得很漂亮;自然界的奇妙之处在与它的千变万化，不可捉摸，不同的景色在不同的角度、不同的时刻都会有不同效果的美;观景的最要注意的就是观赏位置和观赏时刻，还要充分发挥自己的想象力，赋予花草石木生命力，做到这三点，就会让一处平常的景色都会变得奇妙精彩。

在拍摄的过程中，摄影者可以通过一些无生命的物体有机地安排和组合在一起，在静态中加入个人意图和技法来表达一定的含义，赋予一定的形式感和艺术气息的摄影。摄影的艺术性不可忽视，好的摄影作品必须要高雅的艺术情趣，这样才会得到艺术爱好者的共鸣，摄影现在已经不是单纯的记实工具，更是一种艺术手段。

大自然的一切物体都是摄影者的题材选择内容，万物皆有灵性，而人作为万物之灵长，宇宙之精华，对自然界的物体虽说不能有生杀夺予的权利，但是和平的友好交流还是可以进行的;一切景物皆可以由摄影者自由选取和重新组合，只要是自然界的物体都是景物摄影的对象。但是一幅优秀的摄影作品应该有鲜明的主题。对于拍摄的任何一件物体，不管多诱人，都要估计一下它在这幅作品中起什麽作用，整幅作品的目的是什麽。不然乱无目的地胡拍，好的作品会很少，浪费电量。

在有了对一处景物的构思之后，摄影者的任务是找出可以产生另人满意的构图，将景物彼此之间以及与背景之间的关系进行协调安排，各个环节都不能粗心大意。在拍摄好照片之后，后期的剪裁、较色也是很重要的，也要引起拍摄者的关注。自然界的光源并不是完美无缺的，还需要作者手工调整一下，这样照片才会完美。

今年夏天是我真正的第一次参加社会实践，在一个影楼里工作的。我一直都明白，学校希望我们参加社会实践是为了让我们更好的接触社会，并且了解社会，虽然说大学是个微型社会，多少在学校的大学生毕竟都还是比较单纯的，所以只有之间亲身接触社会，才可以学到怎么样和社会上的各式各样的人接触，从而提高之间适应社会的能力，积极提高之间个方面的修养，树立起为学校为社会服务的思想。通过这俩个月的实践，我深深地体会到这个专业的优势和劣势，并且初步适应了这个专业以后的发展方向，从中我吸收了新的理念，和逐步形成了新的观念。在俩个月的实践中，我觉得好快，从最初的不适宜到后来的可以掌控整个局面，我确实也是很辛苦，吃了不少苦。并且我在实践的期间，由于睡眠不足，内分泌失调，严重的青春痘，以至于现在都不太协调。社会是我学习的大教堂，我终于找到了适合之间的方向，找到了自己真正的人生观，价值观，为我以后毕业再激烈的竞争中取胜奠定了良好的基础，我在实践中学到不少东西，也是，无论从生理上，还是心理上，我觉得自己都成熟了不少，有很多感悟：

1、人际关系的进步

我在的单位是\_巴黎婚纱，在这个影楼工作了俩个月，我刚开始去了，住的是碧玉华府小区的员工楼，前几天由于挺新鲜的，后来我却是不适应了，因为我一直在宿舍和大学同学都特别的好，慢慢的我知道，原来在影楼工作的他们都是技校毕业的，或者是艺校毕业的，他们都特别有个性，很个性，我是一个比较传统的女孩，和他们一起，我们的说话方式和我们不一样，而且开的玩笑也不一样，我渐渐不知道怎么与她们相处，社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。经过了一段时间，她们渐渐和我特别好，我也不自觉融入了我们电脑部，其中有一个是我的师傅吧，她教我影楼最基本的调色，怎样把一个难看的片子调的好看，后来，我又慢慢学习会了修片，后来基本一天修一百张片子，基本每天对着电脑，不知道什么叫做累，后来要开学了，我要走了，我离开的那天，正好下着鱼，她们把我送上公交车，看着我走了，我心里也是很舍不得，虽然刚开始我是那么的不适应。后来我明白了，确实每个人都有他的优点，关键在于你看她们的心态，还有就是别人没有理由对你好，如果她们对你好，你就应该感到幸运，感谢她们，珍惜对方对你的帮助。现在我想开学一定再回去看看她们，给她们带一些我们家乡的特产，我真的很想她们，巴黎的好姐妹们。

2、实践出真理

我在学调色和修片的同时，也帮着客人看板，看板也就是我们影楼设计好了婚纱模版，然后让客人看，我从中也遇到了不少人，让我终身难忘。现在的人越来越有个性，越来越挑剔，有的客人看着这个版面不好，那个版面不好，基本都让重新换版，这不仅增加来了我们的工作量，而且我基本上都必须得用我的专业知识，将他们打压下去，基本上我自己底气得特别足，我是专业的，你得听我的，这样是的，就是的，在梁姐的鼓励下，我慢慢适应了各种各样的客人，懂得看什么人的脸色，基本知道，他哪部满意，想怎么样改，怎么样将任务量降到最低，因为人都会认为自己是最漂亮的，所以基本上每天在不停地夸她们漂亮，还有很多客人为了提前拷走底片，竟然和我玩起了，捉迷藏，把我引走，然后偷着插优盘，明天和各种的人相处下来，我，对与我这种钢接触社会的人来说，很累，不仅仅是身体累，还是心理上更累，另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

3、挣钱真的很辛苦

我们这个专业是靠手吃饭的，手快的挣钱就很多，手慢的就不行了，虽然它以后挣钱还可以吧，但是以后的工作量会很大，尤其是以后成家了以后，为了养家更得拼命工作了，我觉得很辛苦，但是三十而立，现在不拼搏何时拼搏?所以现在必须做好心理准备，以后想在大城市工作生活，辛苦挣钱那是必须的。整天在公司辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，好辛苦啊!在那时，我才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易!21世纪是职业女性的社会，女孩子就算不做女强人，但是最基本也得经济独立，只有经济独立才有人格的独立。

通过这次社会的实践，我学会了自立，懂得了团队在工作中的作用，为以后的工作和学习提供了宝贵的经验和教训，我会依次为起点，以后更加勤奋学习，锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力!

时间匆匆，如同白驹过隙。转眼间我的大学生活就要结束了，在毕业前学校安排让我们实习，我想是为了让我们把所学知识和社会实践结合起来，更进一步的了解社会，认识社会，从而为毕业后更好的融入社会打下坚实的基础。

工作内容

选择摄影做我的实习岗位，是因为我喜欢摄影这样一门光与影的艺术形式而且想在这方面有所发展。从20\_年10月份我就开始做兼职性质摄影助理。在学校学的是新闻摄影，而这里是婚纱写真，所以差别还是蛮大的。新闻摄影讲究构图，更偏向于纪实，而婚纱写真讲究色彩和灯光，更偏向于商拍。摄影助理的职责就是协助摄影师完成主题创作的过程。具体说来包括影棚卫生，道具维护，后期加洗。刚开始的时候我觉得摄影助理就是简单的打个反光板，放个背景。后来老师发现我的这种态度，告诉我不要小看这些细节，他是在给你做摄影师铺路。所谓水到渠成，当你把所要的细节都掌握熟练啦，你就可以独立拍摄了。摄影助理我做了三月，时间虽短，但我的摄影技术得到了很大提高，为我的晋升摄影师铺平了道路。

工作经历

从20\_年2月份学校寒假结束，我就在公司正式转入实习期。从事助理级摄影师。摄影师的主要工作分三大块。一是，顺利完成主体创作，二是，努力完成公司规定的加洗业绩，三是培养自己的助理。以前做的是摄影助理，觉得摄影师的工作挺容易的，就是找角度按快门。20\_年2月15日，是我第一次拿起相机给客户进行主题拍摄。当我拿起相机的时候瞬即的激动和兴奋不久被紧张代替了。在影棚拍照过程中我使用的触发器不能带能闪光灯，我第一次遇到这种问题。不知道怎么解决，手上都是汗。而且顾客在等着。最后我求助总监把问题解决了。事虽小但对我的触动很大，让我明白摄影师要懂的不仅仅是摄影技术，还应该包括相关的电路知识等。由于公司实行的薪金制度是底薪加提成。提成的来源主要是后期加洗，简而言而就是把的拍的片子尽可能的卖出去。这是一个销售的过程，在很大方面可以锻炼人的交际能力。老实说我以前是一个不善言谈的人，但是在销售过程这种我们面对的是形形色色的人，他们的言谈举止，性格背景都个不相同。所以就要求我们对不同的人有不同的方法。比如说，像来一位沉默寡言的人，你就不能过分张扬。销售的过程也是很有意思的过程，你需要和客户相互彼此试探对方的底。从而限度的挖掘潜在价值，把自己的片子卖出去，实现自己的价值。曾经有一次我给一个客户拍摄，在拍了三分之二的时候突然发现顾客的

领结是反的，无奈这是我的失误。所以只能删了重新拍摄。还有一次是后期加洗的时候仅仅因为我的一句话，客户就选择了我给他提出的方案。其实我觉得不论是主题创作还是后期加洗，最主要的是注意细节和沟通方式。

工作收获体会

通过半年的工作和实习收获和挺会还是很多的，首先锻炼了我的意志力，公司是早晨八点半打卡上班，由于距离较远所以我要六点钟起床，刚开始就为这还真有放弃的念头，后来了解我有个同事是鹿泉的，他每天六点必须坐上车，否则就会迟到。我就激励自己他行我为什么不行，就坚持了下来，现在已经习惯啦。其次是我的对专业理论知识了解的更加的透彻了，理论往往是枯燥的，以前老师将新闻摄影告诉我们的一些技巧，经过实践我也体会的更深啦。最后是我的个人成长和职业规划都有重大的帮助。在公司，我们的部门总监和老师总是教导我们做事先做人，而且他们也是言传身教，我们的摄影师为了找到角度，拍摄过程的一半时间都是跪着。三人行必有我师焉，在公司同事身上我也学到了很多，包括他们对专业知识孜孜以求的精神，拍摄过程的激情和敬业。我的理想是做一名自由职业摄影人，我很庆幸在实习这几个月里，我找到了自己的兴趣，并且为我将来从事摄影做了很好的铺垫，我积累了一定的经验拥有了必要的专业知识技能。我想我以后会在摄影这条道路上走的更远，更好。

一、努力提高自身素质与修养。

作为一名记者，要有宏观意识，要胸怀大局，了解党和政府工作中的新精神和新要求，善于透过事物现象预见其本质和未来，从而挖掘出有社会价值的新闻题材。而要做到这些，就必须不断提高自已的各项素养。

为了提高政治素质，我要求自已做到：坚持社会主义方向，我认为，记者讲政治最重要最根本的是坚持社会主义方向，还要做到正确宣传党的纲领、路线、方针、政策，加强群众观点，贯彻群众路线，重视政治理论学习。

记者心理素质包括：好奇心理、竞争意识、冒险精神和坚强的意志。这些心理素质是成为一名记者的必备条件。所以，我始终不忘提高自已的心理素质。

作为一名摄像记者，光有较强的政治和心理素质还远远不够，更要有过硬的业务素质。于是，我常常利用工作之余寻找各种与业务有关的资料，如《新闻学理论》、《采访写作的方法与技巧》等专业书籍，并不断对这些材料进行分析研究，取其精华、去其糟粕。还坚持每天认真观看各大电视台的新闻栏目，边学边实践，使自已学到的每一点先进技术都落到实处。

在提高自身素质的同时，我还不断加强自身修养，使自已努力做到：重事实，讲真话，主持正义，坚持真理;报道内容健康，有益社会进步;讲究文德，反对以稿谋私;自觉抵制拜金主义、享乐主义、个人主义思想侵蚀;处理好与同事间的关系等。

二、敢于吃苦，勇于实践。

新闻工作是一项实践性很强的工作，缺乏对社会的基本了解的人是没有资格做一名优秀的新闻人的，记者必须深入实际、、深入群众、深入生活。同样一个新闻题材，有的记者拍得有声有色，有的记者却拍的枯燥乏味，根本原因就在于是否真正深入实际、深 入生活、深 入群众。“实践出真知”、“涉浅水者得鱼虾，涉深水者得蛟龙”，就是这个道理，一些影响面大、具有深远历史意义的新闻作品，都 是作者投身于火热的社会生活实践中，积累了丰富的新闻素材，进行了艰苦的调查研究和思考分析才完成的。因此，我要求自已做到“三勤”、“两不怕”，即“脑勤、腿勤、耳勤”和“不怕苦，不怕累”。对得到的新闻素材去粗取精、去伪存真，直到捕捉到有价值的新闻内容为止。

三、一分耕耘、一分收获。

\_年春天，是我们台管理机制改善的春天，改变了我台以往等新闻、派新闻的被动局面，给所有人创造了一个又一个平等竞争、平等提高的良好机会。今年八月份，我代表镇妇联参加了市妇联、市建设局联合举办的“建设杯学长霞做时代女性”演讲比赛，并取得了第二名的好成绩，为我镇和台里争得了荣誉。同时，也提高了我的心理素质和应变能力。通过学任长霞，我认识到只有树立优良的职业道德和职业精神，才能做一名称职的记者，任长霞精神不仅作为一句口号，更作为一种信念渗透到我的头脑中，所以\_月也是我收获最多的。

<

★ 学生个人总结优秀范文5篇</span

★ 残疾人士的上半年工作总结报告范文五篇</span[\_TAG\_h2]摄影助理每月的工作总结和计划 摄影师助理月总结三

一、实习安排

这次写生分为两周，第一周在市内实习，我主要只对古代留下的景观进行拍摄;第二周去养子沟和龙峪湾进行集中摄影实习。

二、实习要求

了解相机的性能，熟悉操作相机，在取景的角度和光线方面也要熟练地选择，提高拍摄作品的艺术性。

三、实习感悟

经过这几天的摄影实习，我明白了很多，自然界中很多优美、生动的形象，只要是通过丰富的光影、引人的情调，就可以从平凡的物体中揭示出一种隐含着静中似动、栩栩如生、意味深长的情景，使人看后兴奋、愉悦、联想，享受到一种别样的乐趣。我拍的《蝶恋花》、《寻梦》分别以蝴蝶和乌龟表达我对这两中生物的敬意;蝴蝶虽有沾花惹草之嫌，然而蝴蝶在与一朵花交流时是尽心尽力的，没有半点三心二意，可以说蝴蝶是在追求一种恋爱的过程，没有想要结果，忽略结果的生物是幸福的，它不用为前途发忧，因为前途快乐、以至于所有都在胸中;《寻梦》中的乌龟，迈动着笨拙的四肢在水里很用心的朝着目标走，我当时守在一边，一直看到小乌龟走哦一朵荷花下，中途没有被别的乌龟引诱下来，停止自己的目标，而是一往直前，直到到达目的地。这两幅照片的构图格式都是三分法构图，主体物都在画面的三分之一的地方，这样整个格局显得大方得体。

在摄影的过程中，我深刻的体会到“世上不是缺少美，而是缺少发现美的眼睛”,古语有“十步之内，必有芳草”的说法，身边的美在不起眼处就可以发现，只要合理运用，通过自己的细心观察，充分发掘被摄物体的美点，把其转化成为创造性的画面形象，就可以得到很美的照片;我在拍《风起云涌》和《镜花水月》的时候，都是起的很早，在平时不怎么引人注目的景色，只要有特定的条件都可以变得很漂亮;自然界的奇妙之处在与它的千变万化，不可捉摸，不同的景色在不同的角度、不同的时刻都会有不同效果的美;观景的最要注意的就是观赏位置和观赏时刻，还要充分发挥自己的想象力，赋予花草石木生命力，做到这三点，就会让一处平常的景色都会变得奇妙精彩。

在拍摄的过程中，摄影者可以通过一些无生命的物体有机地安排和组合在一起，在静态中加入个人意图和技法来表达一定的含义，赋予一定的形式感和艺术气息的摄影。摄影的艺术性不可忽视，好的摄影作品必须要高雅的艺术情趣，这样才会得到艺术爱好者的共鸣，摄影现在已经不是单纯的记实工具，更是一种艺术手段。

大自然的一切物体都是摄影者的题材选择内容，万物皆有灵性，而人作为万物之灵长，宇宙之精华，对自然界的物体虽说不能有生杀夺予的权利，但是和平的友好交流还是可以进行的;一切景物皆可以由摄影者自由选取和重新组合，只要是自然界的物体都是景物摄影的对象。但是一幅优秀的摄影作品应该有鲜明的主题。对于拍摄的任何一件物体，不管多诱人，都要估计一下它在这幅作品中起什麽作用，整幅作品的目的是什麽。不然乱无目的地胡拍，好的作品会很少，浪费电量。

在有了对一处景物的构思之后，摄影者的任务是找出可以产生另人满意的构图，将景物彼此之间以及与背景之间的关系进行协调安排，各个环节都不能粗心大意。在拍摄好照片之后，后期的剪裁、较色也是很重要的，也要引起拍摄者的关注。自然界的光源并不是完美无缺的，还需要作者手工调整一下，这样照片才会完美。

**摄影助理每月的工作总结和计划 摄影师助理月总结四**

时间匆匆，如同白驹过隙。转眼间我的大学生活就要结束了，在毕业前学校安排让我们实习，我想是为了让我们把所学知识和社会实践结合起来，更进一步的了解社会，认识社会，从而为毕业后更好的融入社会打下坚实的基础。

工作内容

选择摄影做我的实习岗位，是因为我喜欢摄影这样一门光与影的艺术形式而且想在这方面有所发展。从20\_年10月份我就开始做兼职性质摄影助理。在学校学的是新闻摄影，而这里是婚纱写真，所以差别还是蛮大的。新闻摄影讲究构图，更偏向于纪实，而婚纱写真讲究色彩和灯光，更偏向于商拍。摄影助理的职责就是协助摄影师完成主题创作的过程。具体说来包括影棚卫生，道具维护，后期加洗。刚开始的时候我觉得摄影助理就是简单的打个反光板，放个背景。后来老师发现我的这种态度，告诉我不要小看这些细节，他是在给你做摄影师铺路。所谓水到渠成，当你把所要的细节都掌握熟练啦，你就可以独立拍摄了。摄影助理我做了三月，时间虽短，但我的摄影技术得到了很大提高，为我的晋升摄影师铺平了道路。

工作经历

从20\_年2月份学校寒假结束，我就在公司正式转入实习期。从事助理级摄影师。摄影师的主要工作分三大块。一是，顺利完成主体创作，二是，努力完成公司规定的加洗业绩，三是培养自己的助理。以前做的是摄影助理，觉得摄影师的工作挺容易的，就是找角度按快门。20\_年2月15日，是我第一次拿起相机给客户进行主题拍摄。当我拿起相机的时候瞬即的激动和兴奋不久被紧张代替了。在影棚拍照过程中我使用的触发器不能带能闪光灯，我第一次遇到这种问题。不知道怎么解决，手上都是汗。而且顾客在等着。最后我求助总监把问题解决了。事虽小但对我的触动很大，让我明白摄影师要懂的不仅仅是摄影技术，还应该包括相关的电路知识等。由于公司实行的薪金制度是底薪加提成。提成的来源主要是后期加洗，简而言而就是把的拍的片子尽可能的卖出去。这是一个销售的过程，在很大方面可以锻炼人的交际能力。老实说我以前是一个不善言谈的人，但是在销售过程这种我们面对的是形形色色的人，他们的言谈举止，性格背景都个不相同。所以就要求我们对不同的人有不同的方法。比如说，像来一位沉默寡言的人，你就不能过分张扬。销售的过程也是很有意思的过程，你需要和客户相互彼此试探对方的底。从而限度的挖掘潜在价值，把自己的片子卖出去，实现自己的价值。曾经有一次我给一个客户拍摄，在拍了三分之二的时候突然发现顾客的

领结是反的，无奈这是我的失误。所以只能删了重新拍摄。还有一次是后期加洗的时候仅仅因为我的一句话，客户就选择了我给他提出的方案。其实我觉得不论是主题创作还是后期加洗，最主要的是注意细节和沟通方式。

工作收获体会

通过半年的工作和实习收获和挺会还是很多的，首先锻炼了我的意志力，公司是早晨八点半打卡上班，由于距离较远所以我要六点钟起床，刚开始就为这还真有放弃的念头，后来了解我有个同事是鹿泉的，他每天六点必须坐上车，否则就会迟到。我就激励自己他行我为什么不行，就坚持了下来，现在已经习惯啦。其次是我的对专业理论知识了解的更加的透彻了，理论往往是枯燥的，以前老师将新闻摄影告诉我们的一些技巧，经过实践我也体会的更深啦。最后是我的个人成长和职业规划都有重大的帮助。在公司，我们的部门总监和老师总是教导我们做事先做人，而且他们也是言传身教，我们的摄影师为了找到角度，拍摄过程的一半时间都是跪着。三人行必有我师焉，在公司同事身上我也学到了很多，包括他们对专业知识孜孜以求的精神，拍摄过程的激情和敬业。我的理想是做一名自由职业摄影人，我很庆幸在实习这几个月里，我找到了自己的兴趣，并且为我将来从事摄影做了很好的铺垫，我积累了一定的经验拥有了必要的专业知识技能。我想我以后会在摄影这条道路上走的更远，更好。

**摄影助理每月的工作总结和计划 摄影师助理月总结五**

一、努力提高自身素质与修养。

作为一名记者，要有宏观意识，要胸怀大局，了解党和政府工作中的新精神和新要求，善于透过事物现象预见其本质和未来，从而挖掘出有社会价值的新闻题材。而要做到这些，就必须不断提高自已的各项素养。

为了提高政治素质，我要求自已做到：坚持社会主义方向，我认为，记者讲政治最重要最根本的是坚持社会主义方向，还要做到正确宣传党的纲领、路线、方针、政策，加强群众观点，贯彻群众路线，重视政治理论学习。

记者心理素质包括：好奇心理、竞争意识、冒险精神和坚强的意志。这些心理素质是成为一名记者的必备条件。所以，我始终不忘提高自已的心理素质。

作为一名摄像记者，光有较强的政治和心理素质还远远不够，更要有过硬的业务素质。于是，我常常利用工作之余寻找各种与业务有关的资料，如《新闻学理论》、《采访写作的方法与技巧》等专业书籍，并不断对这些材料进行分析研究，取其精华、去其糟粕。还坚持每天认真观看各大电视台的新闻栏目，边学边实践，使自已学到的每一点先进技术都落到实处。

在提高自身素质的同时，我还不断加强自身修养，使自已努力做到：重事实，讲真话，主持正义，坚持真理;报道内容健康，有益社会进步;讲究文德，反对以稿谋私;自觉抵制拜金主义、享乐主义、个人主义思想侵蚀;处理好与同事间的关系等。

二、敢于吃苦，勇于实践。

新闻工作是一项实践性很强的工作，缺乏对社会的基本了解的人是没有资格做一名优秀的新闻人的，记者必须深入实际、、深入群众、深入生活。同样一个新闻题材，有的记者拍得有声有色，有的记者却拍的枯燥乏味，根本原因就在于是否真正深入实际、深 入生活、深 入群众。“实践出真知”、“涉浅水者得鱼虾，涉深水者得蛟龙”，就是这个道理，一些影响面大、具有深远历史意义的新闻作品，都 是作者投身于火热的社会生活实践中，积累了丰富的新闻素材，进行了艰苦的调查研究和思考分析才完成的。因此，我要求自已做到“三勤”、“两不怕”，即“脑勤、腿勤、耳勤”和“不怕苦，不怕累”。对得到的新闻素材去粗取精、去伪存真，直到捕捉到有价值的新闻内容为止。

三、一分耕耘、一分收获。

\_年春天，是我们台管理机制改善的春天，改变了我台以往等新闻、派新闻的被动局面，给所有人创造了一个又一个平等竞争、平等提高的良好机会。今年八月份，我代表镇妇联参加了市妇联、市建设局联合举办的“建设杯学长霞做时代女性”演讲比赛，并取得了第二名的好成绩，为我镇和台里争得了荣誉。同时，也提高了我的心理素质和应变能力。通过学任长霞，我认识到只有树立优良的职业道德和职业精神，才能做一名称职的记者，任长霞精神不仅作为一句口号，更作为一种信念渗透到我的头脑中，所以\_月也是我收获最多的。

<

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！