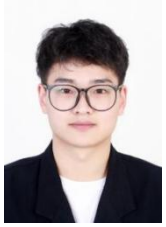
个 人 简 历

姓　　名　何蒋涛
民　　族　汉
电　　话　17680542868
邮　　箱　787461388@qq.com
出生年月　1999.09
身　　高　173cm
毕业院校　吉林建筑大学
学历/专业　本科 视觉传达设计



个人介绍

新媒体短视频领域摄影摄像 + 后期创作者，近 5 年从拍摄到剪辑、从选题到投放的全流程实战经验。能独立扛起一支片子，从前期策划、机位拍摄、Pr/AE/PS 后期全流程，尤其擅长用镜头语言和剪辑节奏把素材做出成片质感。在小红书做出过单条近 200w+播放、单日 GMV 破万的爆款，也搭过数据复盘体系和运营 SOP，能把内容真正跑成流量和成交；近期进一步探索 AI 数字人与 AI 生图、视频工作流，把 AI 工具引入内容生产。参与制作的纪录片《山河为证》登上人民网·吉林频道，拿到政府与省台的认可。

工作经历

湖南红杏林文化传播有限公司｜摄影摄像 • 后期 / AI 内容
2025.03 – 至今
- 从 0 搭建中医养生主题、面向中老年受众的直播间场景，独立完成场景布景与直播灯光布光设计，定调整体视觉风格与镜头观感。
- 操盘直播素材拍摄到后期剪辑、包装的全流程，输出贴合中老年人群审美与信任感的成片内容。
- 主剪整套中医养生体系课程，累计 300+节成片，统一课程视觉与讲解节奏，保证体系化内容的一致观感。
- 操刀企业及产品宣传片十余条，并产出多支产品溯源视频，覆盖品牌形象与产品信任两类传播场景。
- 探索并搭建 AI 数字人与 AI 生图内容工作流，把 AI 工具引入日常素材生产，压缩制作周期、拓宽内容产能边界。

长沙某摄影工作室｜自由摄影 / 后期（项目协作）
2024.09 – 2025.03
以自由摄影/后期身份参与工作室商业拍摄与剪辑项目，保持一线手感并积累本地客户资源。

广州市欧克商贸有限公司｜摄影摄像 / 后期剪辑
2022.01 – 2024.07
- 主导公司短视频从创意策划、视频/图片拍摄到后期剪辑与成片优化的全流程，2年半累计独立产出500+条短视频内容，稳定支撑账号日常更新节奏。
- 紧跟抖音平台热点节奏策划选题，打造多支爆款短视频，单条最高播放近200w+，带动单日GMV突破10000+，跑通内容引流到成交转化的闭环。
- 搭建短视频数据复盘体系与小红书运营内容SOP，以数据回看反推选题与剪辑策略迭代，推动内容传播与转化效果阶段性提升。
- 以 Pr、AE、PS为主力工具，搭配剪映与AI提效工具压缩制作周期，凭镜头语言与节奏把控能力将拍摄素材稳定转化为成片质感。

北京市爬梯吧信息科技有限公司｜后期剪辑（实习）
2020.09 – 2021.03
- 主剪教育产品类课程视频，先拆解每节课程教学主旨与节奏，再据此设计剪辑结构与节点，保证内容讲解清晰、留存友好。
- 在与作业帮合作的知识普及项目中，承接课程剪辑、逐字稿校对、字幕包装与成片审核全链路工序，把控成片质量与上线标准，所交付课程获甲方验收采用。

吉林省灵拓传媒有限公司｜摄影摄像 / 影视后期（实习）
2019.10 – 2021.03
- 跟进一汽大众工厂方企业宣传片项目，前期现场拍摄机位执行、后期剪辑，交付多支面向工厂内部与对外传播的成片。
- 所剪宣传片正式投放至一汽大众工厂多个新媒体平台对外展示，成片获客户方采用并复用于后续传播。

代表项目

纪录片《山河为证—老黑河遗址揭秘》｜摄影摄像 / 后期剪辑
2020.07 – 2020.10 • 吉林市电视台
- 参与该纪录专题片的摄影摄像与后期剪辑，长白山地区实地拍摄 38 天、后期制作 85 天与团队打磨成片。
- 该纪录片于**人民网·吉林频道**专题发布，并获池南区政府及吉林省电视台相关领导一致好评。

专业技能

- **后期 / 设计：Pr、AE、PS、剪映，熟练调色、包装、字幕与节奏把控**
- **拍摄 / 现场：机位拍摄、直播间场景搭建、直播灯光布光**
- **内容 / 运营：短视频选题策划、爆款方法论、数据复盘体系、小红书运营 SOP**
- **AI 工具：AI 数字人、AI 生图的应用、熟悉常用 AI 生产工具使用（GPT、Claude、Gemini、deepseek 等）**