

2023年视频制作年终总结(实用7篇)

总结是写给人看的，条理不清，人们就看不下去，即使看了也不知其所以然，这样就达不到总结的目的。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？下面是我给大家整理的总结范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

视频制作年终总结篇一

近期一段时间，天气渐渐炎热，也是学生易发生溺水事故高发时期，为防止溺水事件的发生，在校内进行主题为“珍惜生命预防溺水”的安全教育，下面学校特向全体同学提出以下需要：

- 1、树立安全意识，加大自我保护，不走河边，沟沿，不走偏僻的道路，回家时要结伴而行。
- 2、不要私自一人外出游泳，更不要到不摸底和不知水情或比较危险且宜易发生溺水伤亡事故的地方去玩耍、游泳。不要在河塘边、围矿坝玩耍；不捡落入水中的物品；不去河塘钓鱼捞鱼。
- 3、游泳需到有资质的游泳场游泳，而其需要要有组织，并在大人带领下方可去游泳。
- 4、要了解我们的身体健康情况，平常四肢就容易抽筋者不适合参加游泳或不要到深水区游泳。要做好下水前的筹备，先活动身体，假如水温太低，应先在浅水处用水淋洗身体，待适应水温后再下水游泳。
- 5、对我们的水性要有自知之明，下水后不可以逞能，不要贸然跳水和潜泳，更不可以互相打闹，以免喝水和溺水。

6、在游泳中假如忽然感觉身体不舒服，如眩晕、恶心、心慌、气短等，要立即上岸休息或呼救。

7、在游泳中，若小腿或脚部抽筋，千万不要惊慌，可用力蹬腿或做跳跃动作，或用力按摩、拉扯抽筋部位，同时呼叫同伴救助。

8、从我做起，严守学校纪律，坚决不玩水。同学间要互有关心、爱惜，发现有些同学私自去游泳或到危险的地方去玩耍，要准时劝阻并告诉老师或家长。

9、溺水的急救

在大家的日常，假如一旦遇见溺水者，大家在营救时应该如何解决呢？

当发现有人溺水时，不可以冒然下水营救，由于一旦被溺水者抓住将十分危险。在水中与溺水者纠缠不但会消耗救助者的很多体力，有时甚至会致使救助者体力耗尽最后丧命，应立即大声呼救，同时将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边。

现场抢救溺水儿童的办法：

2、将溺水职员举起，使其俯卧在救护者肩上，腹部紧贴救护者肩部，头脚下垂，以使呼吸道内积水自然流出。

但不要由于控水而耽误了进行心肺复苏的时间；

3、进行口对口人工呼吸及心脏按摩；

4、尽快联系急救中心或送溺水儿童去医院。

综上所述，溺水是很危险的，在日常要提升安全意识，安全第一，防患于未然。水无情，人有情。其实，只须大家在日

常注意各种游水、戏水事情，提升安全防范意识，掌握在遭遇溺水了解怎么样自救和他人遭遇溺水时怎么样抢救，溺水事件是可以预防的。

视频制作年终总结篇二

闪现在我眼前的是亲人们凄惨的神情，无助的哭喊，究竟是什么让他们如此伤悲呢？是风驰电掣的速度，是醉意朦胧的眼睛以及极度疲劳的瞌睡和惨不忍睹的车祸现场……没错，这就是交通安全影碟中一些悲惨的画面。眼泪一滴滴的掉下来，为那些不幸在车祸中丧生的人、为他们悲痛欲绝的亲人、也为不停地提醒仍不停发生的车祸。

汽车是现代城市里一道独特的风景线，它代表著文明与繁荣；可是却也象征著痛苦和死亡。据了解□20xx年1至6月全国共发生道路交通事故190270起，造成41933人死亡、221838人受伤，直接财产损失7.1亿元。其中广东省20xx年1月至9月共发生交通事故42539起、死亡6461人、受伤51786人，直接经济损失1.29亿元。面对一串串黑色沉重的数字，你意识到问题的严重性了吗？人们总是说要珍惜生命，可是对自己最熟悉的东西却总是如此马虎。车祸使生命不能承受之重，一次小小的疏忽都可能令生命不复存在。人的生命只有一次，当我们再去追悔时已经太迟，任何违章的行为都是对生命的亵渎。

珍惜生命，这四个字对活著的人才有意义或许说对死里逃生的人有著更切身的意义，可是为什么还有那么多的人心存侥幸，置交通安全规则不顾而最终酿成惨剧呢？我们无法忘记车祸现场触目惊心的血泊以及遇难者家属哀戚的神情，更无法忘却那个坐在蓝球里的小女孩。古人李白曾有诗曰：……但见泪痕湿，不知心恨谁？？对于车祸中遇难的家属来说又此能是一个恨与痛？所有的一切都让我的心深受震撼，生命如此脆弱！！

也许你认为，我不开车，也很少坐车，这些事故似乎离我很遥远，有这种想法的人不在少数。但是事实证明，在大量的交通事故中，车祸中的伤亡者，并非都是汽车司机和乘客，路上的行人受到伤害的也不在少数。横穿公路，翻越公路中的隔离栏、隔离墩，闯红灯，不按规定行走，进入高速公路行走等这些违章行为，是交通事故中造成行人伤亡的最主要原因。

由于人们严重缺乏忧患意识，交通安全法规意识淡薄，交通事故总在血淋淋的教训中诞生；血的教训再次提醒我们不要重蹈覆辙，“前车之鉴，后事之师”只有牢记这些惨痛的教训才能让心中的警钟长鸣。关爱生命，安全出行希望大家可以通过本次交通安全影碟培训对交通安全有全新的认识以及树立正确的交通安全意识。

远离交通事故，必须从我们自己做起；让我们时刻谨记：生命属于我们只有一次，永远值得我们去珍惜！

视频制作年终总结篇三

毒品，令社会失败，走向悬崖边缘；毒品，令婚姻破碎，一个一个家庭变得支离破碎；毒品，令人生毁灭，使人身不由己。最近在学校，我观看了《禁毒宣传片》。

视频介绍了各种毒品，如……也讲解了毒品对人们的危害和如何远离毒品的方法。

当我看到各种毒品的出现时，我对它的出现无非是憎恨和抱怨，它为什么要出现呢？为什么人们要如此沉醉它呢？这种五颜六色而又具有对人体伤害的东西的毒品，它们的出现，无非是对整个社会的毁灭。我看到这些毒品时，就常常憧憬着没有毒品的社会。越来越多的人不了解毒品，坠入这个可怕的圈套。也正是因为人们对毒品的无知与好奇而吸毒，我有时对着它们只有恐惧。那些吸毒的人，都是骨瘦如柴，呆头

呆脑，神经兮兮。他们做出的行为无非都是对自己、家人、社会的伤害。看到戒毒所里的人，我百感交集，觉得他们知识贫乏，不会判断对错，不懂得交朋友，被毒品伤害的人太多太多了。不了解毒品的知识，只有像他们一样愚钝地吸毒，直到无法自拔。

我看了一个案例，吸毒者说，是他朋友对他说吸毒不会过瘾，他那时压力很大，再加上他对毒品的认识缺乏，于是开始了吸毒……我对他的朋友表示气愤，自己吸就吸呗，还拉上自己的朋友干嘛！同时我也对那个吸毒者表示可惜，真是交友不慎啊！

以后到社会上，每种人都会出现，看就看在你会交哪种人做朋友，是老实人，还是小混混。每个地方你都会去，看就看在你会去哪里。

人生是短暂且珍贵的，不要让这小小的毒品毁了你的一生。

视频制作年终总结篇四

今天观看了清华学生自己拍摄的视频，略有感慨。

视频的内容比较丰富多彩，涉及各方面，并且时间跨度很大，虽然播放顺序有点乱，但是每个片段表达的内容还是挺清晰的。视频有许多的片段，每个片段表达一个主题。视频的顺序记得不是很清楚，对其中有些片段的内容印象深刻。

视频的内容大概有开学，军训，竞选班委，辩论赛，分组活动，学生讲座，各种比赛等方面。

通过开学报名的视频，似乎看到了自己大一刚来时的青涩，总觉的那些平常普通的画面在日后回忆起来显得弥足珍贵，如今日子一天天过去，走进大二的我们，似乎再也找不到当初的感觉了。回忆总是充满了美好，虽是看的别人的过去，

但有过相似经历的我，看到这些也是无比怀念与熟悉的。

军训的日子对大一时期的我们似乎是一场噩梦，但今天看到她们军训的视频，感觉军训也是甜蜜的。不停的起立，蹲下，齐步走，正步走，也是一种乐趣，曾经拉歌的样子，站军姿的样子，一幕幕浮现在眼前，仿佛那些不过是昨天发生的，可是，原来时间真的过去很久了。

看到她们竞选班委，就想到自己班上竞选班委，青春的色彩总是不一样的。有人积极的表现自己，有人看着别人的神采飞扬，却无动于衷。我想，不仅是竞选班委这样，许多事都是这样吧。每个人都有自己的选择，有人选择拼命争取，有人选择顺其自然，但不管怎样，这都是我们内心的想法，不必刻意勉强，做自己就好。

清华毕竟是一所不错的大学，所以视频不会只呈现给我们学生生活中一些琐碎的事情，这段视频也更多呈现了清华学生在学习，学术等方面的表现。还表现出了大家在竞赛活动中的拼搏。

这段视频有一段是一个男同学在讲解性，虽然大多数学生表现出了羞涩，不过既然有人敢走出这一步，证明清华的学风还是开放的。视频还展现了清华学子对各类问题进行的辩论赛，从活动中看出了大家的口才与应变能力，能够充分体现大学生生活活动对学生判断问题，分析问题等能力的培养。视频也展现了十佳歌手比赛等文艺活动，表现大学生除了学习书本知识以外，也有很多机会表现自己的艺术才华，丰富自己的业余生活。这段视频更是展现了清华富有特色的赤足运动会，极大程度表现出了大家的拼搏力，战斗力。这段视频展现大学生生活的方方面面，我就不一一列举了。

看了这段视频，我很是怀念我逝去的大一生活，也期待我还未来到的大三大四生活，更重要的是要珍惜我所经历的大二生活。视频中记录的学生的点点滴滴，也是我生活中的点点

滴滴，我曾看似平静无聊的的大学生活，如今回忆起来却异常美好。我想，我们都应该回味我们那些青葱朦胧的岁月，珍惜我们的成长经历，走好生活的每一步，愿以后不留遗憾，勇往直前。

天空很大，我们都太渺小。可是再渺小，也是绿色一片。

视频制作年终总结篇五

明天就要上班了，我心里那种满满的不舍又涌了出来。老公从初四就开始上班了，那天早晨我送他去赶班车，一路上，人车稀少，开始我还有些恍惚，后来才意识到这是在过年。真是的，快乐的日子总是过的不知不觉，一恍惚，我们离上班的时间又近了。

这几天过得浑然不觉，哪里也没去，除了在父母家吃吃饭打打牌，就是在家里不分昼夜地看电视、睡觉。电视看累了就睡觉，能量补充足了就接着看电视，可以躺在床上歪着、斜着，可以不用刷牙、洗脸，可以蓬头垢面，我享受着这难得的假日，我做着真实的我自己。

唉，快乐的时光总是那么短暂，一不留神，那个又要让我百爪挠心的日子就要临近了。好享受这样的时光，可以不去想什么客户、生意、客流、订单、售后，没有电话，没有焦虑，整个状态都被放空了。站在我家阳台上放眼向外望去，真能看到路人脸上的表情也是一片祥和，这是只有在假日里才能看到的场景，他们也可以如我一样的撕下往日的面具，不再厮杀，不再忐忑，没有纷争，安然的享受着与家人在一起的分分秒秒。这个时候，不管你是大人物还是小人物，都做回真实的自己。

我忽然的就明白了，过年是什么？过年是一种习惯，小时候盼过年，是因为过年会有好东西吃、有新衣服穿，成年以后终于明白，过年就是让你把一年里所有的不快、焦虑、迷茫、

失意统统忘掉，让你可以随意地蜷缩在某一个角落，闭上眼睛，听一段惬意的音乐，或是可以和某个长久不联系的朋友煲一段电话粥，聊聊八卦，而可以不顾忌时间的长短，因为这一刻，你有的就是时间。

此时此刻，我那么强烈的怀念着我的假期，我害怕每天的脚步匆匆，我害怕大街上的车水马龙、摩肩接踵，我不舍假日里的慵懒和闲散，这样的时光每年只有一次，这样的放纵只有在过年才能呈现……老天，你好残忍！

什么都别想了，好好享受这剩下的最后十几个小时的闲散时光吧。

过年是一种习惯，留念也成了一种习惯了，每年的这时我都心生些许感慨，我是O型血，天生的感性。写下这段文字，我还要补一觉，做做我的白日梦，在梦里如果再能梦到大把的人民币，如果再能碰到我的发小王珏，让我和她一诉这些年的物是人非、人生起伏，那我对这个假日的膜拜将会达到顶点！

好喜欢睡懒觉哦。

躲进被窝成一统，管他春夏与秋冬……

视频制作年终总结篇六

今天，我观看了一部非常有教育意义的影片——《校园暴力》，它告诉我们在现实生活中该如何保护好自己，免受他人的侵害。

《校园暴力》讲述的是一位叫祥翔男孩的故事。一天，妈妈叫祥祥出来吃饭，叫了半天，却没有看见他出来，走进房间，发现祥祥昏倒在地上。妈妈赶紧把他送到医院，医生说：“祥祥是因为暴饮暴食才昏倒的。”妈妈觉得很奇怪，

在妈妈一直追问下，苏醒后的祥祥只好向家人说出了自己遭到敲诈的真相。原来祥祥受到高年级同学的敲诈，每天都要给他们钱，而且一次比一次多。每次祥祥给他们钱后，回到家就猛吃东西，不敢告诉父母和老师，才造成今天的后果。

同学们，如果这件事发生在我们身上，你们会怎么做呢？有的同学说：“我可以抓住一切机会，撒腿就跑”。假如跑不掉呢，难道像祥祥那样，乖乖的把钱奉上吗？有的同学说：“我和他们拼了，就是不给他们钱。”这样一来，可能自己的生命安全就要受到威胁了。

有的同学又说：“告诉爸爸，让爸爸狠狠地揍他们一顿！”……。那么到底哪一种方法才是最可取的呢？我觉得最正确的做法是，当遭到第一次敲诈时，假装妥协，把钱给他们，记住他们的相貌，佩戴的校徽，然后告诉班主任或家长，甚至可以告诉警察叔叔，让他们保护自己！

我们一定要牢记祥祥的教训，要学会保护自己，只有这样我们才能健健康康地成长！

欺凌行为

- 叫受害者侮辱性绰号；指责受害者无用、侮辱其人格等。
- 对受害者进行重复性的物理攻击。拳打脚踢、掌掴拍打、推撞绊倒、拉扯头发；使用管制刀具、棍棒等攻击受害者。
- 干涉受害者的个人财产、教科书、衣裳等，损坏，或通过他们嘲笑受害者。
- 欺凌者明显地比受害者强，而欺凌是在受害者未能保护自己的情况下发生。
- 传播关于受害者的消极谣言和闲话。

- 恐吓、威迫受害者做他或她不想要做的，威胁受害者跟随命令。
- 让受害者遭遇麻烦，或令受害者招致处分。
- 中伤、讥讽、贬抑评论受害者的体貌、性取向、宗教、种族、收入水平、国籍、家人或其他。
- 分派系结党：孤立、杯葛或排挤受害者。
- 敲诈：强索金钱或物品。
- 画侮辱画，写侮辱性的文字。
- 网上欺凌(cyberbullying)即在网志或论坛上发表具有人身攻击成份的言论。

角色体现

欺凌过程，蕴藏着一个复杂的互动状态，牵涉的学生可分为几种：

欺凌者（英文“bully”发动欺凌行为，通常还带领其他同学参与其中。

受害者（英文“victim”受到欺凌。

协助者（英文“assistant”跟随欺凌者，直接参与欺凌行动。

附和者（英文“reinforcer”支持欺凌者的行为，例如：在旁嬉笑或呐喊助威。

保护者（英文“defender”安慰及支持受害者，尝试制止欺凌行为。

局外人（英文outsider）置身事外。旁观者。

视频制作年终总结篇七

听了很多次李强演讲视频的讲课，李强老师思维敏捷、语言幽默、案例生动、高屋建瓴，听后使人茅塞顿开。

从执行力这个方面，我说几个观点，可能对我们今后的工作和以后的发展有好处：

第一点：愉快的接受领导安排的每一项工作。

我认为，安排工作不单单是给我们的一项任务，更主要的是给我们一次锻炼的机会，骨干是“用”出来的而不是“选”出来的。“用”就是给我们安排工作。有时安排的工作可能你感觉超出你的职责或岗位范围，举例子说比方你现在是经理级，安排的工作可能是总经理该干的事，你不要抱怨，这可能就是领导给你个机会，对你的一个考验。

多干一些别人给你的工作，一个是得到锻炼提高，你都掌握了，另一方面在你的领导眼中，会更加重视你。

第二点：有工作时积极寻找方法，不找理由，做事认真、用心

要把理由变成方法，一有工作不要太多的理由，要想

尽千方百计办好，抱怨和理由只能说明：一是认识不到位，二是意识跟不上步伐。

做事认真、用心：不管多大的工作或活动都是有一个个细小的工作组成的，而往往都是在细小的方面出问题，这就需要认真、用心。

（办公室发传真，仔细把页码按顺序装订好，再转给相关的人。

京西宾馆服务员倒水的例子：倒水走得很齐，杯盖留点缝）

第三点：谦虚、求教、不断学习，李强为自己工作

工作就像打仗光有决心不行，得有先进的武器，要通过学习不断提高水平

人和电脑一样，人有的基础低，有的基础高，电脑配置也有高低，初始硬件低，就应提高硬件，学习是在提高硬件，再给安装很多程序，安装什么程序就能干什么活，不学习不提高基础就像配置低的电脑安上程序也运行不了或很慢。

只要你善于学习，你会发现学习的途径很多：书本光盘我就不多说了，像网络、身边的人、出发等等都是很好的途径。当然网络要看积极的进步的，身边的人要看到人家的优点不要光看人家缺点，出发要留心，举例：董事长转先进的办公设施，酒店（记住好的酒店，招待客人时用），带回很多信息、资料、地图、样品。

李强老师讲课有句话：真正批评你的人，才是你生命中的贵人，才是你的指路人。有个俗语：喝凉水睡凉炕早晚是病；自己有时认识不到，这就需要领导给予指正，领导知道的多、有经验，路是已经走过来的，及时给予批评教育，小病不治出大病（及时治）；领导指出错误要虚心接受并改正，要知错就改，比错误更容易犯的错是不认错。

负责才对你严格，保护才对你严格，不管你是不负责、不爱护。

李强说管理，有的上班上网玩游戏，领导为他好，制止他，却跟领导顶撞。有句话说得很有道理：忍不下一个耳光，就

可能被割下耳朵。