用AI、剪视频、做直播、学沟通！

宁报“AI”夜校火热报名！

在数字化浪潮席卷全球的今天，人工智能（AI）正以前所未有的速度重塑职场生态。作为“报”罗万象的多媒体平台，宁波晚报始终致与城市同呼吸、共成长。2025年3月，宁波晚报倾力打造首期“宁报‘AI’夜校”，旨在为每一位渴望突破的职场人提供前沿技能的学习平台。这不仅是一次技能的提升，更是一次面向未来的赋能行动。通过为期一个月的系统培训，晚报将帮助学员掌握AI视频剪辑、沟通与表达、直播实践及AI软件应用等核心技能，为职场竞争力加码，为职业发展注入新动能。与晚报相伴，与时代同行，让AI技术成为你职场腾飞的翅膀！

宁波晚报倾力打造的前沿AI技术盛宴——宁报“AI”夜校，将于2025年3月3日正式开课！为期一个月的特训，每晚6点15分至8点半，与你不见不散。课程内容囊括AI软件应用、AI视频剪辑、沟通与表达、直播实践等四大黄金模块，助你轻松玩转AI世界，职场之路从此“一飞冲天”！

课程亮点

1. 干货满满，直击应用，实操性强，导师面对面、手把手教学，让你学得会、用得上！

课程内容从拍摄剪辑调色到AI视频；从人群中的“表达担当”到与AI高效沟通；从DeepSeek应用大模型到小红书运营；从直播话术到数据推流……你想要的BUFF技能，一个月里统统搞定！

2. 超高性价比，为你的职场生涯注入强劲动力！

上万元的专业课程百元拿捏，“AI”夜校报名比拼手速，每个课程仅50个学位，报满即止。

适合人群广泛

对AI技术充满好奇的职场新锐
急需适应AI应用新趋势的职场老兵
有意进军新媒体行业的勇敢追梦者
渴望技能升级的在校大学生

报名须知

每班学位仅**50**人，满员则止

报名时间：
即日起至2025年3月1日
扫码报名，开启你的AI未来！

更多详情可拨打咨询电话
13586585740 马老师
13867806093 胡老师
我们随时为你解答

教学地址：
鄞州区福明街道宁东路901号
宁波报业传媒大厦A座

特别福利大放送：

首期报名学员享**9**折优惠！
完成课程者将荣获宁波晚报颁发的结业证书，为你的努力加冕！

课程内容

课程一 AI软件应用

学习DeepSeek等主流AI工具，提升工作效率。

授课老师：刘云鹏
浙江大学计算机专业博士，教授

专注人工智能、计算机视觉、生物智能和医学图像等应用，是人工智能与机器学习领域的专家。曾任华为光网络产品线高级软件工程师，获得华为最佳新人奖和产品线创新二等奖。在哈佛大学访学期间，从事医学影像大数据的分析研究，在关节影像分割与腹部影像器官分割方面做出了贡献，目前该技术在麻省总医院和国内部分医院临床上得到应用。参加或主持国家自然基金2项、省部级项目3项、市局级项目5项、横向项目10余项。以第一或通信作者发表论文10余篇，包括顶级期刊1篇，发明专利、实用新型设计和软件著作权30余项。

课次	时间	课程内容
第一课	3月6日（周四）18：15-19：15	DeepSeek指示词实战技巧－激发AI潜能 DeepSeek+小红书运营－爆款笔记自动生成 DeepSeek+自动化知识库制作 使用智能应用高效制作PPT AI绘图与创意设计 AI Agent智能体是AI的未来
第二课	3月6日（周四）19：30-20：30	
第三课	3月13日（周四）18：15-19：15	
第四课	3月13日（周四）19：30-20：30	
第五课	3月20日（周四）18：15-19：15	
第六课	3月20日（周四）19：30-20：30	
第七课	3月27日（周四）18：15-19：15	
第八课	3月27日（周四）19：30-20：30	

课程二 AI视频剪辑

学习AI辅助视频剪辑工具，掌握高效剪辑技巧。

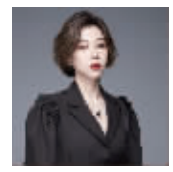
授课老师：周驰
宁波日报报业集团都市报系视频总监
镜界视频工作室负责人、导演

工信部工业精品视频金奖获得者，他以敏锐的洞察力、精湛的技艺和饱满的热情，用镜头记录时代脉搏，用光影讲述宁波故事，创作出一系列兼具思想性、艺术性和传播力的优秀视频作品。

课次	时间	课程内容
第一课	3月3日（周一）18:15-19:15	视频工作流解析
第二课	3月3日（周一）19:30-20:30	视频文案、剧本
第三课	3月10日（周一）18:15-19:15	AI工具介绍（模型底层逻辑梳理）
第四课	3月10日（周一）19:30-20:30	了解不同AI工具侧重点
第五课	3月17日（周一）18:15-19:15	拍摄（认识拍影素材与各个参数等书面知识）
第六课	3月17日（周一）19:30-20:30	剪辑（剪辑入门，包括介绍、与剪辑理念等）
第七课	3月24日（周一）18:15-19:15	AI案例剖析，工作流搭建
第八课	3月24日（周一）19:30-20:30	AI商业落地运用

课程三 直播实践

通过实战演练，掌握直播技巧与运营策略。



授课老师：沈雨柔
抖音数字学堂认证讲师
宁波抖音电商直播基地讲师
宁波电子商务促进会电商高级讲师
浙江商业技师学院项目化教学组专家
浙江纺织职业技术学院就业导师

深入研究品牌自播、人货场运营、流量运营直播团队管理等

课次	时间	课程
第一课	3月5日（周三）18：15-19：15	抖音电商逻辑 抖音推荐机制详解、音乐机制逻辑 主播能力培养 直播三要素、如何做好人货场的匹配、主播的话术框架、主播的三个技能训练 直播间运营 直播团队人员分工及职责、如何进行团队配合、如何做好直播计划
第二课	3月6日（周三）19：30-20：30	话术框架及实操 爆款话术话术、直播话术逻辑 主播技能 主播形象管理应用、主播的心态和调整、主播和团队的配合 直播带货 主播的表情管理、主播不同人设打造、突发问题处理 话术演练 话术创编、话术的表达 直播实操 直播实操、后台实操
第三课	3月12日（周三）18：15-19：15	各岗位职责及配合 直播间运营团队岗位详解、主播直播团队职责详解、突发问题应急处理 直播复盘 直播数据复盘、直播内容复盘、直播话术复盘
第四课	3月12日（周三）19：30-20：30	直播技巧分析 直播场景内容策划、直播话术逻辑分析、直播问题解答和分析 互动提升技能 后台问题分析解答、热点话题创作解析、获取平台推荐的方式
第五课	3月19日（周三）18：15-19：15	流量获取方式 直播数据导维度、直播投放型人、主播话术型人 直播育人 推荐销售人、经典话术复盘分析、优质直播间案例分析
第六课	3月19日（周三）19：30-20：30	主播成长流程 主播能力表现分析、优质主播案例分析、实操话术及技巧提升 运营提升 成功案例分析学习、团队配合实操、[illegible]
第七课	3月26日（周三）18：15-19：15	互动提升技能 后台问题分析解答、主播IP形象打造、产品IP形象打造
第八课	3月26日（周三）19：30-20：30	IP和粉丝互动 平台推荐导维度、团队配合实操、整体直播复盘

课程四 沟通与表达

提升职场沟通与公众表达能力。

授课老师：刘蓉

宁波市朗读联合会常务理事：长期致力于推广朗读文化，提升公众表达力。

宁波市江北区朗诵协会主席：组织并指导各类朗诵活动，培养优秀表达人才。

宁波日报报业集团主持人：拥有丰富的媒体主持经验，熟悉公众表达与沟通技巧。

课次	时间	课程内容
第一课	3月4日（周二）18：15-19：15	认识你的声音——解锁你的表达潜力
第二课	3月4日（周二）19：30-20：30	打破表达雷区——从“习惯”到“掌控”
第三课	3月11日（周二）18：15-19：15	情感表达——让你的语言直击人心
第四课	3月11日（周二）19：30-20：30	职场表达艺术——成为团队中的“表达担当”
第五课	3月18日（周二）18：15-19：15	亲密关系中的表达艺术——用语言拉近距离
第六课	3月18日（周二）19：30-20：30	公众表达——从紧张到从容
第七课	3月25日（周二）18：15-19：15	AI时代的表达力——与人工智能高效沟通
第八课	3月25日（周二）19：30-20：30	塑造你的声音名片——表达力的终极修炼