

挤进片场演短剧，大学生还须“补一课”

记者体验：普通群演100元/天，直面镜头机会少 律师提醒：兼职当演员要学会自我保护



短剧拍摄现场。



扫码看视频

随着微短剧风靡年轻人，长沙成为众多短剧的拍摄取景处。在社交平台上，“日结300元”“包吃包水”的群演招募吸引着越来越多的年轻人走入片场。这项看似好玩又赚钱的兼职，真实体验究竟如何？正逢大学生陆续进入寒假，记者以兼职群演的身份亲身体验了一把。

■文/图/视频 三湘都市报全媒体记者 袁红霞

演员体验卡，从一则简短招募信息开始

1月13日下午，记者通过一则简短的招募信息，开始了这次群演体验。

招募信息只有一行：“宾客6位，20岁-30岁，3男3女，100元/天。”开拍时间、具体地点、剧情题材等全都“密封”在“宾客”二字中，除了黑发，对演员再无其他要求。

当晚9时许，记者又收到第二条信息，群员通知次日8时10分在长沙一家酒店集合。

1月14日上午记者准时抵达片场。剧组准备了早餐，现场已聚集了二三十名同龄人。学美容美艺专业的大一学生黄亚楠便是其中之一，她已经是第三次参演短剧，这次来是想趁着寒假兼职，赚够去东北旅游的费用。“群演就像是‘嘴替’或‘吃瓜群众’，需要情绪外化，衬托氛围。”她笑着和记者分享经验。

全天等待，直面镜头只有几分钟

上午9时许，拍摄正式开始。六位“宾客”的任务是：在一部复仇题材短剧中为女主的逆袭时刻发出赞叹、在她被诬陷时窃窃私语。任务看似简单，却需要反复配合镜头调整站位和反应。

直到中午12时50分，第一场戏才拍完，记者穿着高跟鞋的脚早已酸胀。现场没有休息区，大家自然地顺着墙根滑坐一地。

“工作时全凭运气，和导演的调度、拍摄进度都有关。”长沙轨道交通职业学院大三学生刘亦贤说，他是第五次当群演，记者、警察、门徒的角色都接过，都是在寒暑假期间兼职拍的。

在记者全天14个小时的体验中，每场戏真正直面镜头的机会可能只有几分钟，但作为“背景板”必须随时待命。“群演有没有镜头，最终取决于剪辑。”负责管理群演的领队李先生坦言。

进阶之路：不熬时长，要“攒资料”

兼职工资如何结算？

做过三次群演的大三学生小李说，他没有遇到过现场日结的情况，更多的是等待剧组杀青后统一结算，周期通常在15到30天左右，报销的车费也需要自己先垫付。

除了纯粹来兼职体验的年轻人，也有真的怀揣“演员梦”的人。刘同学就向记者透露了自己的心得：“如果想继续拍，可以提前准备一个群演资料卡，录一段自我介绍的视频，就可以接有一句台词的角色了，日薪能多20元左右。”

他的这句话得到经纪人曾女士的肯定：“大学生想多挣钱，核心是走‘进阶之路’。”

从普通群演到有少量台词的“小特约”，日薪可以从100元跃升至300元-800元，“大特约”甚至能超千元。“这条晋升路的关键是‘攒资料’。”她强调，如果想走拍戏这条路，兼职者可以利用每次机会积累“敲门砖”，比如：拍下场照作为形象素材，截取表演片段，制作包含身高、特长和参演经历的简洁资料卡，为争取更好机会做准备。

律师提醒

兼职虽好玩，要学会自我保护

大学生利用假期兼职拍戏，要注意些什么？湖南人和律所方榘毅律师给出以下提醒：

应聘与面试阶段

核实信息：通过剧组官方渠道、正规平台等寻找机会。对社交媒体上的“高薪”、“轻松”广告保持警惕。

保护隐私：面试时无需提供家庭详细住址等与工作无关的信息。

安全赴约：首次面试或见组尽量约在白天、公共场所，并告知朋友或家人地点。

工作与拍摄期间

坚守底线：对于任何超出底线、让自己感到不适的要求，有权当场拒绝并离开。

保留证据：随时保存好招聘信息、合同协议、工作现场照片或视频等证据。

签约环节：任何工作都应签订书面合同，分清签订的是《劳动合同》（走劳动维权）还是《演艺合同》（走民事起诉），合同原件务必保存。

方律师提醒，劳动权益问题（如欠薪）可向项目所在地的劳动监察大队投诉举报；如遇合同纠纷（如报酬争议、违约索赔），则需依据合同约定的争议解决方式，向指定法院或仲裁机构寻求解决。如遇诈骗或骚扰，及时拨打110报警。



颜值亮眼讲究“养生” 宠物年夜饭预订升温



扫码看视频

“人有团圆宴，宠有专属餐，家里的年夜饭和毛孩子的年饭都得提前订好。”1月21日，三湘都市报记者在长沙走访发现，长沙多家宠物店已提前开放宠物年夜饭预订，线上也有不少商家开始全国配送宠物年夜饭。

今年的宠物年夜饭颇具亮点，不仅主打营养均衡的鲜食，配料中还加入了不少传统养生食材，“铲屎官”对仪式感和宠物养生的双重期待，成了市场“香饽饽”。

提前一个月开启预订，宠物年夜饭讲究“养生”

“宠物年夜饭还在预订中，一套即可包邮，二月初发货。”1月21日，长沙puton canteen宠物烘焙工作人员介绍，该店于1月中旬就开启2026年的年夜饭预订，菜单包含西兰花鸡蛋糕、鸭肉红薯焗饭、猪猪马蹄丸、菇菇汤牛肉馄饨和八宝饭等五种精致鲜食。

长沙刮毛球宠物烘焙也在1月初同步推出犬用、猫用两款宠物年夜饭套餐，各含六道不同菜品。有趣的是，其套餐内容颇具湖南本土特色，小炒黄牛肉、辣椒炒肉、香煎金钱蛋等湘味都被搬进了宠物年夜饭菜单。

在社交媒体上，商家及“铲屎官”纷纷晒出宠物年夜饭，新鲜现制、短保质期的食材已成为宠物年夜饭的标配。记者注意到，今年不少宠物年夜饭的配料中，新增了中式滋补养生食材。例如，puton canteen宠物烘焙特意添入鹿茸菇、枸杞、红枣等传统食材。还有商家推出药膳饼干，配料里加入矢车菊、金盏菊等养生花草。

宠物也爱“漂亮饭”，新中式礼盒成主流

除了在食材上下功夫，今年宠物年夜饭的包装也愈发精致考究，以年味为核心的新中式礼盒成消费主流，颇受市场认可。一些年夜饭礼盒外包装醒目印有“踏马迎春”“马年臻味”等马年限定祝福语，部分商家额外附赠新年红包与迷你春联。

配上精致包装后，宠物年夜饭的价格也水涨船高。整体上看，线上和线下各店铺的年夜饭礼盒单价大多在100元-200元左右，一些高端款更是卖到了300元以上，基本包含5至10种菜品。

宠物节日体验消费成常态，性价比有望提升

“人团圆有满桌烟火的仪式感，‘毛孩子’的新年也该有同等的宠爱。”长沙市民吴女士表示，已为家里的两只小狗提前预订了年夜饭。

“小狗过年，既要吃上颜值在线的‘漂亮饭’，更要吃上贴合体质的‘养生饭’。”家住便河边的孙先生向记者坦言，他家8岁柴犬“发财”在饮食上格外讲究，近期看到不少宠物年夜饭套餐里加入了中式养生食材，当即动了心：“现在的宠物食品颜值口感双双在线，很省心。”

“今年本地宠物年夜饭预订热度明显升温。”从事宠物烘焙近4年的陈女士告诉记者，各类包装精致的宠物“漂亮年夜饭”精准拿捏了年味仪式感，反映出养宠人群愿为宠物节日体验付费的消费升级趋势，未来随着这一赛道的扩大和细分，相关产品性价比有望优化。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 仝若楠