



湖南石油化工職業技術學院

HUNAN PETROCHEMICAL VOCATIONAL TECHNOLOGY COLLEGE

《视频处理与制作》实训指导书

院系名称： 经管信息学院

课程代码： 31100610

实训时数： 32

适用专业： 虚拟现实技术应用

编制人： 张广东

编制日期： 2020年8月

审核人： 吴德春

审定人： 符文文

目 录

一、实训目的与要求.....	3
(一) 课程实习内容要求.....	3
(二) 课程实习纪律要求.....	3
二、实训内容.....	3
三、参考课时.....	3
四、实训材料准备.....	4
(一) 软件准备.....	4
(二) 硬件准备.....	4
五、综合实训考核办法:	4
实训一 制作眼睛瞳孔转场效果.....	5
实训二 制作卷页过度效果.....	7
实训三 制作流动文字效果.....	9
实训四 制作天空地面效果.....	11
实训五 制作球形滤镜效果.....	13
实训六 制作时尚车展视频短视频.....	15
实训七 制作翻页电子相册短视频.....	17
实训八 制作花卉展览短视频.....	19

《视频处理与制作》实训指导书

一、实训目的与要求

《视频处理与制作》是电子商务技术专业的核心课之一。以音视频编辑软件 Premiere 为主要授课内容。通过该课程的实习，使学生熟悉 Premiere 的窗口界面的组成，熟练操作 Premiere，熟练运用 Premiere 进行影视素材的组接、裁剪，制作高质量的动画特技，美观的字幕，能熟练处理音频，输出 avi、VCD、DVD 影视节目。

（一）课程实习内容要求

- 1、要求在各指导教师的指导下进行。
- 2、认真完成上述实习内容，并通过对以下内容的操作对 Premiere 的使用建立起完整概括性的认识。
- 3、在整个实习过程中，应注意培养自己的责任心，注意培养自己认真、虚心、勤勉、自强、创新的精神，学习独立思考和分析问题的方式方法。

（二）课程实习纪律要求

- 1、要求给予高度重视，严格遵照教学要求，按质、按量、按时完成实训作业。
- 2、实训作业必须独立完成，杜绝抄袭和别人代做。
- 3、对不符合要求的实训作业，指导老师应及时指正并提出修改意见。

二、实训内容

（一）实例实训

（二）项目实训

（三）总结

三、参考课时

标题	实训内容	实训课时
预备	实训说明	2
实训一	制作眼睛瞳孔转场效果	2
实训二	制作卷页过度效果	2
实训三	制作流动文字效果	4
实训四	制作天空地面效果	4

实训五	制作球形滤镜效果	4
实训六	制作时尚车展视频短视频	4
实训七	制作翻页电子相册短视频	4
实训八	制作花卉展览短视频	6
总计		32

四、实训材料准备

（一）软件准备

操作系统:windows，安装有 Adobe Premier 视频剪辑软件。

（二）硬件准备

一个性能较高的机房。

五、综合实训考核办法：

出勤情况:10 分

纪律表现:10 分

实验报告:10 分

实训一 制作眼睛瞳孔转场效果 10 分

实训二 制作卷页过度效果 10 分

实训三 制作流动文字效果 5 分

实训四 制作天空地面效果 5 分

实训五 制作球形滤镜效果 10 分

实训六 制作时尚车展视频短视频 10 分

实训七 制作翻页电子相册短视频 10 分

实训八 制作花卉展览短视频 10 分

实训一 制作眼睛瞳孔转场效果

一、实训目的和要求

通过本实训的制作，学会使用 PR 制作瞳孔转场效果，掌握抠图效果，遮罩跟踪以及关键帧的使用方法。

二、实训内容

- 1、效果面板中抠图操作方法
- 2、遮罩跟踪的使用方法
- 3、关键帧的使用方法

三、实训准备

- 1、装备视频剪辑软件（Premiere cc）的电脑
- 2、电脑具有所需一些视频素材资料

四、实训步骤

1. 打开 PR，导入一段眼睛特写素材。
2. 在效果面板使用遮罩将眼睛抠出来。
3. 在蒙版选项下有几个按钮，分别是向前跟踪一帧、向后跟踪一帧和向前跟踪、向后跟踪。
4. 点击向前跟踪，让软件自动跟踪。软件跟踪会自动生成一系列运动关键帧。
5. 把不透明度效果关闭，遮罩暂时不起作用。
6. 复制图层到上方，将遮罩反转。下面是眼睛，上方是反转后的部分。
7. 将转场后的素材放到转场前的素材后面。
8. 开始对上下两个素材的位置和缩放做关键帧调整，要让眼睛一直从中间缩放至全屏。
9. 复制粘贴关键帧参数。
10. 现在只需要对眼睛素材的蒙版不透明度打上关键帧即可；
11. 导出文件：完成各项的设置后，按空格键或者回车键进行预览，没有问题后将文件输出。

五、实训方法

机房上机完成所有操作题。

六、考核办法

学生通过实训后，能掌握基础知识及基本技能，经考核后应达到“良”标准，考核标准为：优（90分以上）、良（80-89分）、中（70-79分）、及格（60-69分）、不及格（60分以下）。

七、思考和练习

学生在做的时候一定要注意细节，比如蒙版羽化，可以多给羽化让眼瞳边缘柔和一些，还有速率问题也要多次尝试，调到合适的速度，让画面运动流畅舒服。

实训二 制作卷页过度效果

一、实训目的和要求

通过本实训的制作，通过 PR 剪辑视频的实训，让学生掌握视频裁剪、声音处理、添加字幕的方法。

二、实训内容

- 1、特效面板的设置
- 2、卷页特效参数的设置

三、实训准备

- 1、装备视频剪辑软件（Premiere cc）的电脑
- 2、电脑具有所需一些视频素材资料

四、实训步骤

1. 新建项目：运行软件，新建项目文件，在“装载预置”中选择“DV-PAL” | “Standard 48KHz”，保存项目源文件；
2. 设置好项目后，进入工作界面，改变 Premiere pro 1.5 的默认参数设置；
3. 导入文件：在界面的“项目”窗口下方空白处右击鼠标，在弹出的右键菜单中单击“输入”命令，弹出“输入”对话框。然后导入图片素材文件；
4. 编入文件：把文件拖入时间线面板的编辑轨道中，准备加入特效；编辑效果。将图片调入视频编辑轨道排好后，对其做各项的编辑操作；
5. 导出文件：完成各项的设置后，按空格键或者回车键进行预览，没有问题后将文件输出。

五、实训方法

机房上机完成所有操作题。

六、考核办法

学生通过实训后，能掌握基础知识及基本技能，经考核后应达到“良”标准，考核标准为：优（90分以上）、良（80-89分）、中（70-79分）、及格（60-69分）、不及格（60分以下）。

七、思考和练习

网上任意下载一张图片，按步骤练习卷页过度效果后上交。

实训三 制作流动文字效果

一、实训目的和要求

通过本实训的制作，掌握字幕与【遮罩模式】滤镜相结合制作的思路与方法；掌握音频连接的分离方法；掌握【遮罩模式】滤镜的属性并且能够灵活运用。

二、实训内容

- 1、遮罩模式属性设置
- 2、字幕工具的使用方法

三、实训准备

- 1、装备视频剪辑软件（Premiere cc）的电脑
- 2、电脑具有所需一些视频素材资料

四、实训步骤

1. 运行软件，新建项目文件，在“装载预置”中选择“DV-PAL”，保存项目源文件；
2. 导入素材：双击“项目”窗口空白处，弹出“输入”对话框，导入“water.avi”文件；
3. 新建字幕：按键盘 F9 键，弹出字幕设计工作窗口，进行字幕编辑工作并且保存字幕文件；
4. 编辑素材：添加字幕文件至轨道后，分离音频连接，然后添加滤镜并进行属性设置；
5. 完成各项的设置后，按空格键进行预览，没有问题后将文件输出。

五、实训方法

机房上机完成所有操作题。

六、考核办法

学生通过实训后，能掌握基础知识及基本技能，经考核后应达到“良”标准，考核标准为：优（90分以上）、良（80-89分）、中（70-79分）、及格（60-69分）、不及格（60分以下）。

七、思考和练习

网上任意下载一张图片，按步骤练习流动文字效果后上交。

实训四 制作天空地面效果

一、实训目的和要求

通过本实训的制作，通过制作天空地面效果引领学生学习创作动态视觉效果的基本流程和原理。

二、实训内容

- 1、效果面板的渐变设置
- 2、效果工作区的使用方法

三、实训准备

- 1、装备视频剪辑软件（Premiere cc）的电脑
- 2、电脑具有所需一些视频素材资料

四、实训步骤

1. 运行软件，新建“黑场视频”。
2. 添加“视频效果-生成-渐变”。效果控件面板设置渐变的颜色，点击“起始颜色”旁的颜色按钮，设置一个浅蓝色到深蓝色的过渡渐变。
3. 添加“视频效果-生成-网格”。选中 V2 轨道的黑场视频，在效果控件中点击网格效果的颜色。
4. 选中时间轴的两段素材，鼠标右键选择“嵌套”，为嵌套序列名称命名为“地面”此时时间线上的素材已经变为了一个新的序列放置在时间线上。
5. 添加“视频效果-透视-基本 3D”。
6. 添加“视频效果-生成-渐变”同时在效果控件中设置渐变起始颜色为“#06F3F6”，结束颜色为“#00A7FF”，渐变终点坐标为“960, 787”。
7. 工作区切换为图形，在基本图形面板中点击浏览，选取“Share”动态文字图形拖拽到 V3 轨道，并将此动态文字图形的持续时间与下方轨道对齐。

8. 时间滑块滑动到“00:00:03:24”位置，基本图形面板的编辑中，双击文字将内容改为“Premiere”。
9. 框选所有文字内容，将文字颜色改为橙色。更改文本字体为“Franklin Gothic Medium”。
10. 添加“视频效果-生成-镜头光晕”。选中此剪辑在效果控件中将混合模式改为“滤色”。
11. 镜头光晕效果与下方图层进行滤色叠加，去掉黑色背景。接下来设置一段镜头光晕的动画，开启光晕中心关键帧。

五、实训方法

机房上机完成所有操作题。

六、考核办法

学生通过实训后，能掌握基础知识及基本技能，经考核后应达到“良”标准，考核标准为：优（90分以上）、良（80-89分）、中（70-79分）、及格（60-69分）、不及格（60分以下）。

七、思考和练习

学生实训时应当注意细节，注意命名的规范性，注意渐变工具的操作流程。

实训五 制作球形滤镜效果

一、实训目的和要求

通过本实训的制作，掌握【球形】滤镜的使用方法，巩固关键帧的概念及应用。

二、实训内容

- 1、视频特效中球形滤镜效果
- 2、特效控制面板的设置

三、实训准备

- 1、装备视频剪辑软件（Premiere cc）的电脑
- 2、电脑具有所需一些视频素材资料

四、实训步骤

1. 新建项目。项目文件取名为“球形滤镜效果”，在“装载预置”中选择“DV-PAL”，保存项目源文件；
2. 导入素材文件。双击“项目”窗口空白处，弹出“输入”对话框，导入“Water lilies.jpg”文件；
3. 编入素材。把素材文件拖入时间线窗口的编辑轨道中，准备进行编辑；
4. 编辑素材。将滤镜添加至视频编辑轨道中的素材上之后，对其做各项的编辑操作；
5. 输出文件。完成各项的设置后，按空格键进行预览，没有问题后即可将文件输出，

五、实训方法

机房上机完成所有操作题。

六、考核办法

学生通过实训后，能掌握基础知识及基本技能，经考核后应达到“良”标准，考核标准为：优（90分以上）、良（80-89分）、中（70-79分）、及格（60-69分）、不及格（60分以下）。

七、思考和练习

网上任意下载一张图片，按步骤练习球形滤镜效果后上交

实训六 制作时尚车展视频短视频

一、实训目的和要求

通过本实训的制作，让学生认识如何把所学的内容应用到实际当中，同时很好的实践创建字幕，建立多个时间线，素材嵌套，使用扭曲特效中的变换滤镜，以及对嵌套序列素材的灵活使用。

二、实训内容

制作一个汽车展览的视频短片，以展现名车魅力，吸引消费者：

- 1、制作一个 3s 的片头，其难点是胶片动画的制作；
- 2、制作 6s 的嵌套序列；
- 3、制作 3 段各 2s 的序列嵌套动画；
- 4、制作的视频要求时尚、富有动感；
- 5、有“画中画”的效果，时间为 15s, 配以欢快的背景音乐；

三、实训准备

- 1、装备视频剪辑软件（Premiere cc）的电脑
- 2、电脑具有所需一些视频素材资料

四、实训步骤

1. 启动软件，新建项目文件，在 New Project 窗口中，展开为“DV-PAL”，选择国内电视制式通用的“DV-PAL Standard 48kHz”；
2. 导入素材：选择素材文件导入到工程文件中；
3. 片头的制作：将素材拖入时间线，设置胶片动画，为胶片小画幅加入汽车图片并设置动画，制作片头文字，新建字幕，对文本进行变形修饰；
4. 制作子序列：制作 6 秒序列，新建时间线序列“10 帧”和“1 秒”，制作 2 秒序列，新建时间线序列“动画 1”、“动画 2”、“动画 3”。3 段 2 秒的序列内容分别为汽车图片的 Y 轴旋转画、X 轴旋转动画、不透明度的变化动画；

5. 制作转场嵌套序列：6 秒钟转场用序列。新建时间线序列“转场 1”，将“1 秒”时间线序列素材拖入时间线，再将“10”帧序列素材拖动 3 次，分别放在三个视频轨道上，改变素材的比例和位置，2 秒钟转场用序列。
6. 制作最终影片：新建序列“最终影片”，将视频轨道数设为“4”，将“片头”放入视频轨道 1，将“转场 1”放入视频轨道 4，制作 2 秒序列动画
7. 导出文件：完成各项的设置后，按空格键或者回车键进行预览，没有问题后将文件输出。

五、实训方法

机房上机完成所有操作题。

六、考核办法

学生通过实训后，能掌握基础知识及基本技能，经考核后应达到“良”标准，考核标准为：优（90 分以上）、良（80-89 分）、中（70-79 分）、及格（60-69 分）、不及格（60 分以下）。

七、思考和练习

学生应该良好地运用本学期在视频编辑及后期处理的学习中的理论知识，加强实践能力，制作出的文件经过生成，压缩，存盘，统一查阅。

实训七 制作翻页电子相册短视频

一、实训目的和要求

通过本实训的制作，学习转场特效的应用。同时锻炼学生的美感，如何巧妙的使用优美的序列串素材来美化自己的电子相册。

二、实训内容

- 1、与真正的相册一样，有翻页效果；
- 2、版面、色彩等要美观，色彩搭配和谐；
- 3、加入合适的背景音乐。

三、实训准备

- 1、装备视频剪辑软件（Premiere cc）的电脑
- 2、电脑具有所需一些视频素材资料

四、实训步骤

1. 建立项目文件，导入素材；
2. 将素材箱“photo”放入视频3轨道，对素材3使用视频特效“Distort”中的“Transform”和“Camera View”参数设置，并设置动画；
3. 制作照片“背面”及动画；
4. 制作相册右侧画面；
5. 制作相册翻页后的左侧画面；
6. 加入相册背景及设置动画；
7. 添加背景音乐；
8. 输出影片。

五、实训方法

机房上机完成所有操作题。

六、考核办法

学生通过实训后，能掌握基础知识及基本技能，经考核后应达到“良”标准，考核标准为：优（90分以上）、良（80-89分）、中（70-79分）、及格（60-69分）、不及格（60分以下）。

七、思考和练习

学生应该良好地运用本学期在视频编辑及后期处理的学习中的理论知识，加强实践能力，制作出的文件经过生成，压缩，存盘，统一查阅。

实训八 制作花卉展览短视频

一、实训目的和要求

通过本实训的制作，使学生掌握设置关键帧动画，使用多种转场方式，编辑音频文件，同时对所学知识全面的练习和实践。

二、实训内容

1. 制作一个花卉展览的视频文件，影片开头和结尾部分，设计一个画卷“展开”和“卷起”的动画；
2. 让“呆板”的图片“动”起来，通过对各图片间添加不同的转场方式来实现；
3. 选择古典特色的背景音乐。

三、实训准备

- 1、装备视频剪辑软件（Premiere cc）的电脑
- 2、电脑具有所需一些视频素材资料

四、实训步骤

1. 新建项目文件，导入素材；
2. 制作画卷展开效果；
3. 制作画卷中画面变色及放大动画；
4. 加入各花卉图片；
5. 制作图片缩小及颜色变化动画；
6. 制作画卷“卷起”的效果；
7. 制作“淡出”效果
8. 输出影片。

五、实训方法

机房上机完成所有操作题。

六、考核办法

学生通过实训后，能掌握基础知识及基本技能，经考核后应达到“良”标准，考核标准为：优（90分以上）、良（80-89分）、中（70-79分）、及格（60-69分）、不及格（60分以下）。

七、思考和练习

学生应该良好地运用本学期在视频编辑及后期处理的学习中的理论知识，加强实践能力，制作出的文件经过生成，压缩，存盘，统一查阅。