

图形动画教室丛书



Adobe Premiere 5.0

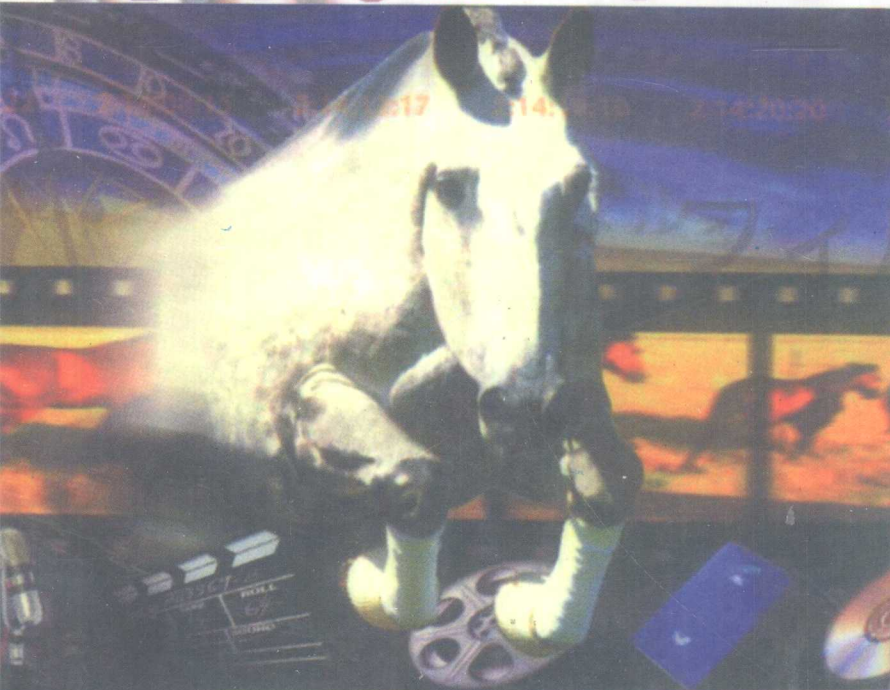
基础教程

[美] Adobe公司 著
希望图书创作室 译



本书光盘内容

- 原版书附带光盘中范例源文件
- 与本书配套电子书



 北京希望电脑公司

 北京希望电子出版社



西蒙与舒斯特国际出版公司

图形动画教室丛书

Adobe Premiere 5.0 基础教程

[美] Adobe 公司 著
希望图书创作室 译
燕卫华 审订

本书光盘内容包括

1. 原版书附带光盘中的范例源文件
2. 与本书配套的电子书



北京希望电脑公司

2000

内 容 简 介

Adobe Premiere 5.0 是著名影像制作软件的最新版本。本教程以循序渐进的方式,按特定项目设计的步骤分 12 课,内容包括工作区的认识、影像编辑、基础编辑、添加过渡、添加声音、附加编辑技术、高级编辑技术、创建标题、叠加、添加运动、影像和声音过滤器、子剪辑和虚拟剪辑等。每课都配有示范电影和内容小结,内容小结包括每课知识点的问题和解答。本书是 Adobe 全球认证技术培训教材之一。

全书结构合理,范例丰富,内容由浅入深,每课重点、难点、知识点突出,并附有相应的答案。该书不但是从事 Premiere5.0 开发和应用的广大用户的使用指南,同时也是高等院校、专业技术学校相关专业师生比较好的自学、教学参考书,和社会相关领域培训班的教材。

本书所附光盘包括两部分内容:(1)与本书配套的电子图书;(2)原版书附带光盘中的范例源文件。

欲购本书和配套光盘或需技术支持的读者请直接与北京海淀 8721 信箱书刊部联系,邮政编码:100080,联系电话:010-62562329,62541992,62531267,传真:010-62579874。

版 权 声 明

本书英文原名为“Adobe Premiere 5.0 Classroom in a Book”,由 Simon&Schuster 公司出版,版权归 Simon&Schuster 公司所有。本书中文简体字版由 Simon&Schuster 公司授权出版。未经出版者书面许可,本书的任何部分不得以任何手段复制或传播。

本书封面贴有 Prentice Hall 防伪标签,无标签者不得销售,违者必究!

Adobe Premiere 5.0 基础教程

Adobe 公司 著

希望图书创作室 译

燕卫华 审订

责任编辑:马宏华

北京希望电脑公司 出品

北京海淀路 82 号(100080)

北京媛明印刷厂 印刷

新华书店、新华书店音像发行所发行、各地书店、软件专卖店经销

* * * * *

1999 年 3 月第 1 版 2000 年 3 月第 3 次印刷

开本: 787×1092 1/16 印张: 15.75

字数: 353 千字 印数: 10000-15000

· 新出音管 [1998] 210 号

ISBN 7-980023-20-X / TP·20

定价: 30.00(1CD, 含配套书)

译者的话

在计算机技术日新月异、迅速发展的今天，多媒体技术已越来越普及了。在多媒体技术中，动画、电影等是其最动人、最具代表性的部分。在欣赏了越来越多的精彩作品之后，您也许希望了解更多动画及电影制作的知识、或许也想动手制作自己的作品。

受北京希望电脑公司书刊部之托，我们组织翻译了这本介绍著名动画制作软件 Adobe Premiere 使用方法的教程。这是该教程的更新版，其上一版本也 by 我们翻译、希望公司出版(书名为《Adobe Premiere 4.0 基础教程》)。通过亲自制作一系列有代表性的电影片段，您将逐步揭开动画、电影制作的神秘面纱，进入由观众到导演的新境界。

参加本书翻译工作的人员有：油新华、李晓明、杨益强、王静、秦爽、范者正、李翊云、江伟、刘晋明、张鹏、胡扬等。

由于译者水平有限，书中错漏之处在所难免，请广大读者朋友不吝批评指正。

译者

1998.10.20

图形动画教室丛书

出版说明

图形动画教室丛书是全球最畅销的软件培训教材，本教材文字优美，内容精炼，使您在繁忙的工作之余，轻松、快速地学会 Adobe 软件，本书还增补了中、高级内容，并且所有教程都包括 Macintosh 和 Windows 双平台操作命令。

本系列丛书是 Adobe 公司正式推出的标准、权威、正宗的培训教材，由 Adobe 公司的培训专家编写，并通过 Adobe 的培训班和实验室使用后进行了精心修改。

本系列以实例为主体，由浅入深地讲解软件的功能，使读者在掌握软件功能的同时，深入了解软件的用途，掌握软件实用操作技能和使用技巧。

本系列教材包括：

- 一、《Adobe Premiere 4.0 基础教程》
- 二、《Adobe Photoshop 4.0 基础教程》
- 三、《Adobe Illustrator 7.0 基础教程》
- 四、《Adobe Premiere 5.0 基础教程》
- 五、《Adobe Photoshop 5.0 基础教程》

本丛书适合于高校和职高相关专业和社会各种图形图像处理培训班作为教材，也可供广大电脑爱好者自学和参考使用。

欢迎广大新老朋友选购。

希望图书创作室

1999 年

目 录

引言	1
1 关于基础教程	1
2 必备知识	1
3 检查系统需求	1
4 安装 Adobe Premiere	3
5 使用基础教程文件	3
6 恢复缺省首选项	4
7 附加资源	5
8 Adobe 认证	5
Adobe Premiere 漫游	6
1 启动项目	6
2 观看示范电影	7
3 导入剪辑	7
4 创建草稿(rough cut)	8
5 在监视(Monitor)窗口中预览	10
6 在监视窗口中裁剪剪辑	11
7 添加声音	13
8 在 Timeline 窗口中裁剪剪辑	13
9 添加一个过渡	15
10 预览过渡和其它效果	17
11 分割剪辑	18
12 改变剪辑的速度	18
13 改变剪辑的暗度	19
14 给影像剪辑添加特殊效果	21
15 叠加一幅图像	23
15 使剪辑移动	24
16 导出电影	27
第一课 认识工作区	28
1.1 启动 Adobe Premiere 程序	28
1.2 使用 Project, Library 和 Bin 窗口	29
1.3 在 Timeline 窗口中操作	33
1.4 在道中操作	34
1.5 在监视器窗口中操作	36
1.6 定位到一个指定时间	37

1.7	使用工具板.....	38
1.8	学习键盘快捷键.....	41
1.9	复习题.....	42
1.10	答案.....	42
第二课	关于数字影像编辑.....	43
2.1	Premiere 如何适合影像制作.....	43
2.2	度量影像时间.....	44
2.3	度量帧大小和分辨率.....	48
2.4	认识影像数据压缩.....	50
2.5	捕获影像.....	53
2.6	了解透明度和叠加.....	55
2.7	在影像中使用声音.....	56
2.8	创建最终的影像.....	57
2.9	复习题.....	58
2.10	答案.....	58
第三课	基础编辑.....	60
3.1	准备开始.....	60
3.2	观看示范电影.....	61
3.3	导入剪辑.....	61
3.4	Premiere 中的工作方法.....	62
3.5	把剪辑拖入 Timeline 中.....	62
3.6	预览.....	63
3.7	裁剪组装好的剪辑.....	64
3.8	使用源视图修剪和组装.....	67
3.9	在 Timeline 中微调.....	71
3.10	导出电影.....	74
3.11	自由探索.....	75
3.12	复习题.....	75
3.13	答案.....	76
第四课	添加过渡.....	77
4.1	关于过渡.....	77
4.2	准备开始.....	77
4.3	观看示范电影.....	78
4.4	导入剪辑.....	78
4.5	重叠剪辑.....	79
4.6	添加交叉消溶过渡.....	80
4.6	以指定的帧速率预览过渡.....	82
4.7	添加交叉缩放过渡.....	83
4.8	添加多重过渡.....	84

4.9 添加缩放过渡.....	88
4.10 导出电影.....	90
4.11 自由探索.....	91
4.12 复习题.....	91
4.13 答案.....	91
第五课 添加声音.....	93
5.1 准备开始.....	93
5.2 观看示范电影.....	93
5.3 导入并组织剪辑.....	94
5.4 创建一个局部切断 (L-Cut)	95
5.5 使用标记符同步剪辑.....	98
5.6 叠放不带声音的影像.....	100
5.7 添加声音剪辑.....	103
5.8 增强和减弱声音.....	105
5.9 导出电影.....	108
5.10 自由探索.....	109
5.11 复习题.....	109
5.12 答案.....	110
第六课 附加编辑技术.....	111
6.1 准备开始.....	111
6.2 观看示范电影.....	111
6.3 观看组装好的项目.....	111
6.4 理解三点和四点编辑.....	112
6.6 进行三点编辑.....	113
6.7 链接和解链剪辑.....	116
6.8 利用波动删除命令来填补空白.....	120
6.9 导出电影.....	121
6.10 自由探索.....	122
6.11 复习题.....	122
6.12 答案.....	122
第七课 高级编辑技术.....	123
7.1 准备开始.....	123
7.2 观看示范电影.....	123
7.3 观看组装好的项目.....	124
7.4 理解抽取和移除功能.....	124
7.5 用 Extract 按钮除去帧.....	125
7.6 位于使用 Lift 按钮除去帧.....	127
7.7 理解 Paste Custom.....	129
7.8 往间隙中粘贴.....	129

7.9	微调剪辑.....	130
7.10	理解滑动和滑移工具.....	131
7.11	使用滑动工具.....	132
7.12	使用滑移工具.....	134
7.13	理解 Trim 视图.....	135
7.14	在 Trim 视图中编辑.....	136
7.15	改变剪辑速率.....	139
7.16	导出电影.....	140
7.17	自由探索.....	140
7.18	复习题.....	141
7.19	答案.....	141
第八课	创建标题.....	142
8.1	准备开始.....	142
8.2	观看示范电影.....	142
8.3	关于标题.....	143
8.4	创建一个简单的标题.....	144
8.5	在 Title 窗口中创建一个图形图像.....	151
8.6	使用椭圆工具.....	155
8.7	创建滚动标题.....	156
8.8	预览滚动标题文本.....	157
8.9	在 Premiere 项目中使用标题.....	158
8.10	导出电影.....	162
8.11	自由探索.....	163
8.12	复习题.....	163
8.13	答案.....	164
第九课	叠加.....	165
9.1	准备开始.....	165
9.2	观看示范电影.....	165
9.3	叠加.....	166
9.4	创建一个分割屏幕.....	166
9.5	应用蓝色屏幕透明度键控类型.....	168
9.6	应用 Chroma 透明度键控类型.....	170
9.7	添加没有透明度的剪辑.....	171
9.8	使用 Track Matte 道屏幕蔽透明度键控类型.....	172
9.9	淡化剪辑.....	179
9.10	导出电影.....	183
9.11	自由探索.....	183
9.12	复习题.....	184
9.13	答案.....	184

第十课 添加运动	185
10.1 准备开始.....	185
10.2 观看示范电影.....	185
10.3 给一个静止图像应用运动路径.....	186
10.4 应用运动设置和透明度.....	191
10.5 创建一个运动的屏蔽.....	196
10.6 导出电影.....	198
10.7 自由探索.....	199
10.8 复习题.....	200
10.9 答案.....	200
第十一课 应用影像和声音过滤器	201
11.1 准备开始.....	201
11.2 观看示范电影.....	201
11.3 为什么使用过滤器.....	202
11.4 应用过滤器.....	202
11.5 以正确的顺序运用过滤器.....	204
11.6 拷贝过滤器和设置.....	205
11.7 随时间改变过滤器.....	207
11.8 使用 Image Pan 和 ZigZag 过滤器.....	210
11.9 添加标识.....	213
11.10 将过滤器应用于一个图像的区域.....	214
11.11 应用声音过滤器.....	217
11.12 导出电影.....	218
11.13 自由探索.....	219
11.14 复习题.....	219
11.15 答案.....	219
第十二课 子剪辑和虚拟剪辑	220
12.1 准备开始.....	220
12.2 观看示范电影.....	220
12.3 理解子剪辑.....	221
12.4 创建子剪辑.....	221
12.5 理解虚拟剪辑.....	223
12.6 创建虚拟剪辑.....	224
12.7 嵌套虚拟剪辑.....	227
12.8 组装最终的影像节目.....	230
12.9 编辑虚拟剪辑.....	234
12.10 编译虚拟剪辑.....	236
12.11 导出电影.....	236
12.12 自由探索.....	237

12.13 复习题.....	237
12.14 答案.....	238

引 言

Adobe Premiere 5.0 对于编辑数字视频来说是一个功能强大的程序。不管你是在创建较长的视频节目和动画电影还是创建较短的 CD-ROM 或 Web 上的电影, Premiere 都能帮助你创建动态视频或电影。你会发现类似于传统非线性编辑系统的三点(3-Point)编辑和其它专业技术的各种工具。

1 关于基础教程

Adobe Premiere 5.0 基础教程是由 Adobe 系统专家开发的 Adobe 软件正式培训教材的一个组成部分。课程被设计为让你自己掌握进度。如果不熟悉 Adobe Premiere, 你将会学到掌握该软件所必需的基本概念和功能。如果你已经使用 Adobe Premiere 一段时间了, 将会发现基础教程能教你许多先进的特性, 包括使用 Adobe Premiere 最新版本所需的各种技巧。

尽管课程是按特定项目设计并提供一步一步按部就班的指导, 但仍留有探索和试验余地。你可以从头到尾地跟着书学, 也可以仅学习符合你兴趣和需要的课程。每一课都包含总结所学内容的问题和解答。

2 必备知识

在开始使用 Adobe Premiere 5.0 基础教程(classroom in a Book)之前, 必须具备有关计算机及其操作系统的基本知识。首先应知道如何运用鼠标、标准 Windows 菜单和命令, 还应该知道如何打开、保存和关闭文件。如果需要复习一下这些技术, 请参见有关系统的帮助或联机文档。

对你来说, 有使用 Adobe Illustrator、Adobe Photoshop 和 Adobe After Effects 的经验是很有用的, 但并不是必需的。

3 检查系统需求

在开始使用 Adobe Premiere 5.0 基础教程之前, 应确保你的系统设置正确并安装了要求的软件和硬件。对于基础教程的空间要求, 参见稍后“使用基础教程文件”部分。

3.1 Windows 系统要求

需要有以下组件：

- Intel 奔腾处理器(或 100%兼容)。
- Microsoft Windows 95(或更新版本)或 Windows NT 4.0(或更新版本)操作系统。
- Quick Time 3.0(由 Premiere 安装)。
- 安装有 32MB 的 RAM(随机访问存储器)。
- 安装需要的 60MB 可用的硬盘空间(使用时需要 30MB)。
- 256 色的显示适配器和兼容显示器。
- CD-ROM 驱动器。

为了得到更好的效果, Adobe 系统推荐使用下列硬件和软件:

- 多处理器系统(仅限于 Windows NT)。
- 64MB 或更多的随机访问存储器(RAM)。
- 大容量硬盘或硬盘组。
- 24 位彩显适配器。
- 与 Microsoft Video for Windows 或 Apple Quick Time for Windows 兼容的视频。
- Apple Quick Time for Windows 3.0(安装 Premiere 时的可选项), Microsoft DirectX Media 5.1(安装 Premiere 时的可选项)或视频捕获硬件支持的其它视频软件。
- 声卡(如果影像捕获卡本身不包含声音电路则建议使用)。

3.2 Mac OS 系统要求

需要有以下组件：

- Power PC 处理器
- Mac OS 7.5.5 或者更新版(或者带有 Radius VideoVision 的 7.5.1 版本)
- 16MB 的应用程序 RAM
- 安装用的 30MB 磁盘空间
- CD-ROM 驱动器

为了得到更好的效果, Adobe 系统推荐下列配置:

- 多处理器系统
- Quick Time 3.0(由 Premiere 安装)
- 48MB 或更多的应用程序 RAM
- 大容量硬盘或硬盘组
- 与 QuickTime 兼容的影像捕获卡
- 24 位彩显适配器

4 安装 Adobe Premiere

Adobe Premiere 软件必须单独购买。参看 Adobe Premiere 软件附带的 Adobe Premiere 5.0 用户手册来得到安装该应用程序的说明。

4.1 安装 QuickTime

Quick Time 3.0 用于播放在 Windows 和 Mac OS 系统的 Adobe Premiere 中创建的 Quick Time 电影。另外，为了播放声音：

- 在 Windows 系统上，必须装有声卡和音箱；
- 在 Mac OS 系统上，必须装入声音回放软件，不过其质量随型号的不同而不同。当预览声音时为了得到更好的效果，必须把外部音响连接到系统上。

如果 Quick Time 3.0 还没有安装在系统上，可以从 Adobe Premiere 应用程序的 CD-ROM 中安装。查看 Adobe Premiere 5.0 用户手册可获得安装说明。

4.2 安装课程中所用的字体

本基础教程的第八课和第九课分别要求使用 News Gothic 字体和 OCRA 字体。这些 Adobe PostScript 字体包含在带有其它附加字体的基础教程 CD-ROM 上。

在 windows 中，可以运用 Adobe Type Manager (ATM)来安装 Adobe PostScript 字体。ATM 安装程序包含在 Adobe Premiere CD-ROM 上。在 windows 和 Mac OS 中，ATM 可以从任何尺寸在显示器上或者在任何打印机上绘出 PostScript 字体。为了在 Mac OS 上安装字体，请参看 Mac OS 文档。

5 使用基础教程文件

本基础教程 CD-ROM 包含教程的源文件。每一课都有自己的文件夹，它包含源文件和(在一些情况下)作为课程起点的一个 Premiere 工程文件以及该课程完成时的最终 Quick Time 电影。在任何时候，都可以参考这个已制作好的电影来帮助你理解一个任务或课程的目的。

注意：基础教程中的文件受版权法保护。它们可以被用作教程，但是不能任意传播。

完成教程有两种方法：

- 在把自己的工作存进硬盘的时候，直接使用 CD-ROM 上的课程文件。这样可以节省硬盘空间，但会降低性能。
- 把课程文件拷到硬盘上。这将会提供更好的性能但将为这些课程文件要求一些硬盘空间。如果磁盘空间吃紧的话，可以把一个课程文件夹拷到硬盘上，完成以后再删掉它，然后可以拷贝下一个课程文件夹。需要大约 55MB 才能把最大的文件夹拷到硬盘上。

如果不拷贝某一课程最终的 QuickTime 电影文件或许要求的空间可以少一些。

注意：当在课程的开始打开一个工程文件时，会出现一条信息询问文件的位置。这是因为 Premiere 期望在他们的原始位置找到工程文件，如果将文件夹拷到硬盘上或者在 CD-ROM 上直接使用文件，那么位置就会改变。如果出现这条信息，则可在课程文件夹中选择上述的文件并单击 OK 继续打开工程文件。

5.1 直接从 CD-ROM 光盘中使用课程文件

(1) 在 Windows 或 Mac OS 桌面上，创建一个新的文件夹并把它命名为 Lessons。在 Lessons 里，为计划学习的每一课都创建一个文件夹，例如 03Lesson, 04Lesson 等等。

(2) 在 CD-ROM 光盘上使用课程文件来学习课程。当课程告诉你保存文件时，则可把它存入在工程文件夹中创建的一个文件夹中(不能保存在 CD-ROM 光盘中)。

5.2 使用拷贝到硬盘上的课程文件

(1) 在 Windows 或 Mac OS 桌面上，创建一个新的文件夹并把它命名为 Lessons。

(2) 在 CD-ROM 光盘上打开 Lessons 文件夹。把需要的课程文件来拷贝到刚刚在桌面上创建的 Lessons 文件夹中。

(3) 使用拷贝到桌面上 Lessons 文件夹中的课程文件夹学习课程。当课程指示保存一个文件时，可以把它保存在和其它课程文件一样的文件夹中，或者把它保存在选定的其它位置。

6 恢复缺省首选项

和其它软件一样，Adobe Premiere 维持了一个首选文件(preferences file)，它保存程序最近一次使用时的设置。当开始学习每个课程项目时，将会遇到要求你删掉 Adobe Premiere preferences 文件的步骤。这一步将 Premiere 选项恢复到它们的缺省设置或工厂的预设值。这样可确保在一课的开始时，你的设置满足某些要求。删除 Preference 文件也可以重新设置窗口和调色板的位置。

为了在 Windows 中快速找到并删除 Premiere Preferences 文件，选择 Start>Find>Files 或者 Folder 并寻找 perm50.prf。选择 Options>save Results 然后选择 File>Save Search。在 Mac OS 中，为 Preferences 文件夹创建一个别名。然后就可以在任何想删除 Preferences 文件的时候双击 Saved search file(Windows)或者 alias (Mac OS)。

为 Premiere 恢复缺省的 Preferences:

(1) 如果 Premiere 正在运行，退出 Premiere。

(2) 执行下列任意一种操作：

- 在 Windows 中，从包含 Premiere 程序的文件夹中删除 Perm50.prf。

- 在 Mac OS 中，从系统文件夹的 Preferences 文件夹中删除 Adobe Premiere 5.0 Prefs 文件。

7 附加资源

Adobe Premiere 5.0 基础教程并不打算代替程序本身所附带的文档。在这本书中仅说明了教程中所用到的命令和选项。为了得到所有 Adobe Premiere 功能的更详细的信息，请参考下列资源：

- Adobe Premiere 用户指南。除了 Adobe Premiere 软件，用户手册这包含所有特性的完整描述。为了方便起见，可以在本基础教程中找到这些指南的摘要，它包括 Tour(漫游)。
- 可以在 Adobe Premiere 5.0 CD-ROM 上得到的漫游(Tour)电影。
- 快速参考卡，一个伴你学习本教程的有用伙伴。可以在 Premiere 中选择 Help>Keyboard 来查看其联机版本。
- 联机帮助，用户指南和快速参考卡的联机版。可以通过在 Premiere 中选择 Help>Contents 来查看。
- Adobe Web 网络站点，如果你与 WWW 联网的话，则可以通过在 Premiere 中选择 File>Adobe Online 来查看。

8 Adobe 认证

Adobe 认证计划为广大用户、教员和培训中心提供了展示自己的得意之作以及与获得 Adobe 认证的专家、Adobe 认证的教员，或者 Adobe 授权的培训机构相同的提高其软件使用技巧的机会。



Adobe Premiere 漫游

本漫游是从 Adobe Premiere 5.0 用户指南中节选出来的,它能帮助你理解和学习 Adobe Premiere 程序的基本概念和特点。你将通过一系列典型的步骤来创建一个影像剪辑,包括基本编辑技术,添加过渡、运动和透明度。完成这个影像剪辑大概需要一小时。

在本次漫游的过程中,你将利用 CD-ROM 上提供的影像和声音剪辑为虚构的自行车公司创建一则启示性的电视广告。你将运用几个已经数字化为 QuickTime 文件的剪辑。如果真的需要从头开始完成这个项目,则可以从原始影像带中捕获剪辑并利用 Premiere 将其数字化。

1 启动项目

你需要创建一个新的项目,然后导入影像剪辑以便开始工作。

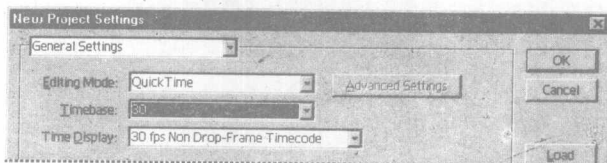
(1)首先确保知道本课中所用文件的位置。必要的话,请插入 CD-ROM 盘。如果愿意,可以把浏览文件夹拷到硬盘上。参看引言中的“使用基础教程文件”一节,可得到帮助。

(2)为了保证 Premiere Preferences 处于缺省设置,退出 Premiere,然后按照引言中的“恢复缺省首选项”一节的说明来删除首选(Preferences)文件。

(3)启动 Premiere。如果它已经处于运行状态,则选择 File>New>Project。

(4)在 New Project Settings(新项目设置)对话框中,选择 QuickTime 编辑模式。

(5)选择时基(Timebase)为每秒 30 帧。



时基可以为项目指定每秒的帧数。如果正在制作供播出影像的最终版本,可以选择 29.97,这是国家电视标准委员会(NTSC)规定的电视标准;或者选择 25,这是 PAL 标准规定的。这主要取决于你想在世界的什么地方播放。

(6)单击 Next 打开新项目设置(New Project Setting)对话框中的影像设置部分。

(7)对于帧的大小,在最左边的框中键入 240 设置预览的宽度。由于纵横比设置成 4:3,所以预览帧的高度被自动设置成 180。这种设置控制怎样在显示器上预览项目。