

零点起飞 • 即学即会 • 实战演练 • 高手速成

完全**实战**演练

# 完全实战演练



飞龙计算机 柏松 编著

# Premiere Pro

## 影视动画

由国内资深DV玩家和视频编辑师，完全针对初级读者精心编写，精讲了Premiere Pro的各项核心技术：视频转场效果、视频滤镜特效、视频高级制作技巧、文字特效初级应用、文字特效高级应用、音频处理技术、音频特效技术、影片制作应用实例、影片输出等，读者可以通过完全实战演练，逐步精通，成为Premiere视频编辑和影视动画设计的行家里手。

全新多媒体演示  
DVD-ROM

- ◎全部实例的素材文件
- ◎全程语音视频直播
- ◎首创国内手机试听学习模式
- ◎体验边听边学、边实战演练

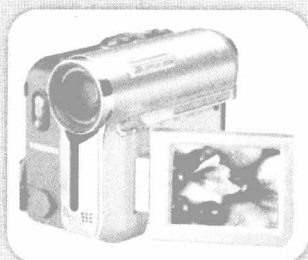


清华大学出版社

零点起飞 • 即学即会 • 实战演练 • 高手速成

完全**实战**演练

# 完全实战演练



# Premiere Pro

## 影视动画

飞龙计算机 柏松 编著

清华大学出版社  
北京

## 内 容 简 介

本书主要介绍运用 Premiere Pro 进行影视制作的方法。全书通过 100 个由浅入深的经典实例,精解了 Premiere 的各项核心技术,让读者在完全实战演练中精通软件,成为影视制作高手。

全书共分为 10 章,主要内容包括: Premiere Pro 快速起步、视频转场效果的应用、视频滤镜特效的使用、视频高级制作技巧、文字特效精彩实例、文字特效高级实例、音频处理技术详解、音频特效技术详解、影片制作应用实例、影片输出攻略等。

本书内容完全从零起步,通过双色印刷、双栏排版、全程图解的方式,结合多媒体光盘的视频学习,让读者快速上手、学有所成。本书面向于广大电脑入门入行人员、在职求职人员、各级退休人员,也可作为各大、中专院校、各高职高专学校、各社会培训学校、单位机构的学习教材与辅导教材。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。  
版权所有,侵权必究。侵权举报电话: 010-62782989 13701121933

### 图书在版编目(CIP)数据

完全实战演练——Premiere Pro 影视动画/飞龙计算机,柏松编著. —北京:清华大学出版社,2008.6

(完全实战演练)

ISBN 978-7-302-17713-5

I. 完… II. ①飞…②柏… III. 图形软件, Premiere Pro IV. TP391.41

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 072380 号

责任编辑:张瑜 闫光龙

装帧设计:杨玉兰

责任校对:周剑云

责任印制:杨艳

出版发行:清华大学出版社

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座

<http://www.tup.com.cn>

邮 编:100084

社 总 机:010-62770175

邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, [c-service@tup.tsinghua.edu.cn](mailto:c-service@tup.tsinghua.edu.cn)

质 量 反 馈:010-62772015, [zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn](mailto:zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn)

印 刷 者:清华大学印刷厂

装 订 者:三河市新茂装订有限公司

经 销:全国新华书店

开 本:185×260 印 张:20.75 插 页:1 字 数:497 千字

附光盘 1 张

版 次:2008 年 6 月第 1 版

印 次:2008 年 6 月第 1 次印刷

印 数:1~5000

定 价:38.00 元

---

本书如存在文字不清、漏印、缺页、倒页、脱页等印装质量问题,请与清华大学出版社出版部联系调换。联系电话:(010)62770177 转 3103 产品编号:026074-01

## 1. 光盘运行主界面指导



将本书光盘放入光驱内，几秒钟后光盘将自动运行。若光盘没有自动运行，则可在光盘的movie文件夹下，双击start.exe文件，出版社片头播放完毕后，进入主界面。

单击此处可进入视频学习阶段

单击此处可进入光盘浏览阶段

单击此处可进入光盘说明阶段

单击此处可退出此应用程序

## 2. 次界面指导

在主界面中单击链接，可进入相应的视频场景。单击“视频学习”链接文字，可进入实例学习阶段，左侧以梯形显示章节，右侧以每章的实例出场。



单击此处可选择相应的视频章节

单击此处可选择相应的视频实例

单击此处可返回上一级菜单

## 3. 播放界面指导

在次界面中选择相应的实例后，即可进入视频学习阶段。进入播放界面后，系统自动进行讲解，在讲解的过程中，您可以进行相关的操作，具体如下图所示。

单击此处可选择背景音乐

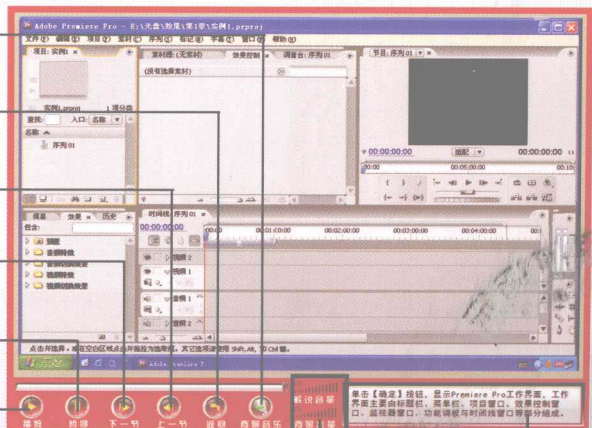
单击此处可返回上一级菜单

单击此处可跳转至上一节实例

单击此处可跳转至下一节实例

单击此处可暂停播放视频

单击此处可播放视频进行学习



调整解说与背景音量

同步显示解说词



第2章上机题 运动星球效果



第3章上机题 梦幻森林效果



第5章上机题 阳光海滩效果



第7章上机题 为音频配上画面的效果



实例8 添加关键帧的图像效果



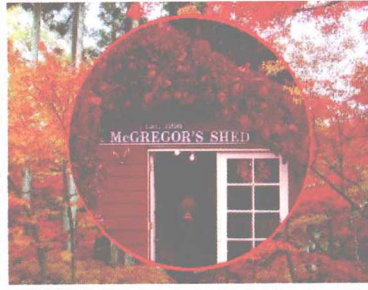
第9章上机题 黑屏过渡效果



实例11 三维转场效果



实例12 叠化转场效果



实例13 划像转场效果



实例15 卷页转场效果



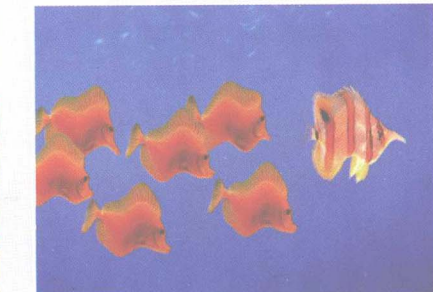
实例16 滑动转场效果



实例17 特殊转场效果



实例19 擦除转场效果



实例23 波形弯曲滤镜效果



实例24 镜像滤镜效果



实例25 闪电滤镜效果



实例26 透视滤镜效果



实例27 色彩平衡滤镜效果



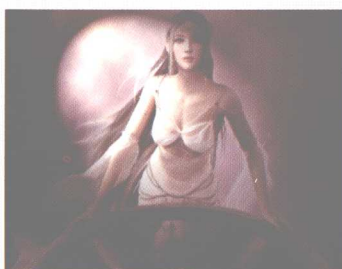
实例28 风格化滤镜效果



实例29 混合滤镜效果



实例30 镜头光晕滤镜效果



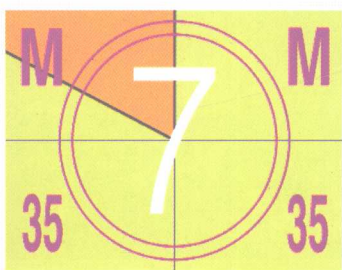
实例31 聚光灯效果



实例32 蓝屏抠像效果



实例33 倒影效果



实例34 倒计时片头效果



实例36 边框效果



实例37 相机墙纸效果



实例39 羽化边缘效果



实例51 透明文字效果



实例78 蓝色火焰效果



## 致读者朋友

### 完全实战演练，助您梦想如愿

首先，感谢并祝贺您拥有本书！但需要提醒您和强调的是，您拥有的不仅是本册图书和随书赠送的多媒体光盘，更重要的是你还拥有了本书及光盘带给您的超值的卓越知识和优秀技能，这对您来讲，是无价的！本书是一艘船，将带您抵达成功的彼岸！

《完全实战演练》系列中的每一本图书，通过 100 个精彩实例、100 个专家提醒、100 个知识链接、100 个学习视频，让您在丰富、生动的版式与氛围中，进行完全实战演练，从零开始，逐步精通软件，成为软件使用行家和电脑操作高手，轻松实现职场梦想和生活的愿望！

#### ■ 丛书主要内容

《完全实战演练》系列丛书，涉及电脑最热门的应用软件，均以各软件的最新版本为工具，以最常用的经典实例，讲解了软件最核心的知识点，让读者掌握最实用的内容。

丛书主要书目：

《Photoshop 图像处理》

《AutoCAD 机械设计》

《CorelDRAW 平面绘图》

《Dreamweaver 网页设计》

《Flash 动画设计》

《3ds Max 效果图制作》

《Premiere Pro 影视动画》

#### ■ 丛书主要特色

《完全实战演练》系列丛书，具有以下六大特色。

##### (1) 从零起步、学有所成

丛书内容完全从零起步，读者可以在没有任何基础的情况下，根据由浅入深的理论、循序渐进的实例，逐步精通软件的核心技术与精髓内容，掌握 100 个实例效果的制作，并通过融会贯通，制作出更多的精品。

##### (2) 双色印刷、双栏排版

本书以黑白印刷为主，而图片注释、操作序号、图片标号、专家提醒、知识链接等内容，则以彩色显示，通过这种双色印刷的方式，提醒读者注意和掌握重点；本书双栏排版，信息含量大，300 页的书，浓缩了传统图书近 500 页的内容，在有限的篇幅内为读者奉献了更多的知识内容。

##### (3) 全程图解、快速领会

本书编写采用“一步一图、全程图解，以图为主、以文为辅”的讲解方式，以图析文，并配以简洁的文字对设置参数进行说明，还对重点和要点进行了框注，将电脑上的动态变化过程完美地体现在纸上，让读者在看书的同时就像看见电脑上的操作过程一样，快速领会。

#### (4) 实例丰富、精彩纷呈

本书通过各行各业丰富、典型的实例，让读者在实战演练中逐步上手，掌握软件的精髓且在应用中变得熟练、老练和干练，迅速将所学内容应用于实际工作中。

#### (5) 体例新颖，三位一体

本书体例新颖，独创“精彩实例+专家提醒+知识链接”的三位一体编著方式，并安排了“效果欣赏”、“光盘导读 1”、“光盘导读 2”和“技术点睛”等小项目，打造了一种全新的轻松学习环境，让读者在专家提醒中技高一筹，在知识链接中理解更深、视野更广。

#### (6) 国内首创，手机试听

从书附赠的多媒体光盘，不仅可以让读者跟着演示轻松学习，还特意单独提供了解说音频和演示视频文件，首创国内手机试听学习模式，读者不仅可以将音频文件复制到 MP3/MP4 中，还可以复制到手机中，像听歌、学英语一样，享受随身视听的乐趣，轻松学习。

### ■ 丛书光盘特色

本书的配套光盘是一套精心开发的专业级多媒体教学光盘，具有以下六个特色。

- (1) 两大内容，超值拥有：包含所有实例的素材与效果，以及所有实例的学习视频。
- (2) 界面美观，操作简便：主次界面及播放界面美观、项目链接简单，使操作方便快捷。
- (3) 颜色喜庆、恢宏大气：界面采用鲜艳的红色，喜庆、热情，整体效果恢宏、大气。
- (4) 文字声音，全程同行：视频、步骤文字和声音全程同行，三位一体让您快速领会。
- (5) MP3 格式、随处可听：声音为 MP3 格式，可复制到 MP3/MP4、手机中边听边学。
- (6) 专家讲解、私人课堂：享受专家级的私人课堂式的视频教学，让您快速成为高手。

### ■ 丛书读者对象

如果您是一名电脑初学者，那么本套丛书正是您所需要的。

本丛书明确定位于初、中级读者。书中每个实例皆是从零起步，初学者只需按照书中的操作步骤、图片说明，或根据多媒体视频，便可轻松制作出实例的效果。本丛书适用于电脑入门人员、在职人员、求职人员、退休人员，也可作为各大、中专院校、各高职高专学校、各社会培训学校、单位机构的学习教材与辅导教材等。

### ■ 丛书作者队伍

本丛书由从事多年 IT 图书创作的湖南师大柏松主编。柏松为湖南专业 IT 图书作家(湖南长沙作协会员，会员号：0339)，目前编辑出版的 IT 图书有 200 多个品种，为上百所学校采用。本丛书由其率领的飞龙计算机、凤舞工作室，以及湖南大学、湖南师范大学、新华教育、思远教育、湖南生物机电、湖南艺术职业学院、长沙大学、湖南第一师范、湖南科技职业学院等院校教师团队精心编著。

### ■ 丛书服务邮箱

由于编写时间仓促和水平有限，书/盘中难免有疏漏与不妥之处，欢迎各位读者不吝指正。联系网址：[www.lfwh.net](http://www.lfwh.net)，我们将听取您宝贵的意见，奉献出更多的精品图书。



# 前 言

——完全实战演练，让您百练成才！

## ■ 本书软件简介

Premiere Pro 是 Adobe 公司推出的视频编辑软件，它界面友好、功能强大、操作简便，已经被广泛应用到影视编辑、数码处理、相册制作等领域，深受广大视频编辑者的青睐，是目前世界上最优秀的视频编辑软件之一。

## ■ 本书具体内容

本书从初学者的角度、学习过程和实际需求出发，合理安排学习与结构，运用简洁明快的语言，结合简单实用的案例，由浅入深，引导读者掌握软件核心内容，成为实战高手。

章 节	主 要 内 容
第 1 章 Premiere Pro 快速起步	本章主要介绍了软件工作界面，文件的新建、打开、保存和关闭，以及最常用的编辑操作，如调整素材文件、链接和群组视频、调整素材持续时间、添加关键帧、使用运动效果、预演编辑等内容
第 2 章 视频转场效果的应用	本章主要讲解了视频转场效果，如三维转场效果、叠化转场效果、划像转场效果、映射转场效果、卷页转场效果、滑动转场效果、特殊转场效果、拉伸转场效果、擦除转场效果、缩放转场效果等内容
第 3 章 视频滤镜特效的使用	本章主要讲解了视频滤镜特效，如模糊滤镜特效、反转滤镜特效、波形弯曲特效、镜像滤镜特效、闪电滤镜特效、透视滤镜特效、色彩平衡特效、风格化特效、混合滤镜特效、镜头光晕特效等内容
第 4 章 视频高级制作技巧	本章主要讲解了视频高级制作技巧，如模拟聚光灯、蓝屏抠像、倒影效果、倒计时片头、百叶窗、添加边框、复制属性、局部放大、羽化边缘、色彩替换等内容
第 5 章 文字特效精彩实例	本章主要讲解了文字特效精彩实例，如水平文字、垂直文字、渐变文字、样式文字、浮雕文字、水晶文字、描边文字、阴影文字、纹理文字、光芒文字等内容
第 6 章 文字特效高级实例	本章主要讲解了文字特效高级实例，如透明文字、扭曲文字、倾斜文字、辉光文字、立体文字、路径文字、划线文字、段落文本、文字模板、变色文字、滚动文字等内容
第 7 章 音频处理技术详解	本章主要讲解了音频处理技术，如为视频插入背景音乐、调节音频的速度、为音频添加关键帧、使用调音台调节音频、保留音频中精彩部分、制作音频淡入淡出效果、设置音频增益等内容
第 8 章 音频特效技术详解	本章主要讲解了音频特效技术，如为音频添加转场效果、制作淡入淡出转场效果、设置左右声道的渐变转换、制作山谷回音特效、制作室内混响特效、制作奇异音调特效、制作超重低音效果等内容
第 9 章 影片制作应用实例	本章主要讲解了影片制作应用，如制作蓝色火焰效果、制作人物幻影效果、制作视频片段倒播效果、制作相框效果、制作动态抠像效果、制作电视节目暂停荧屏效果、制作宽屏电影效果、制作变色字幕效果等内容

续表

章节	主要内容
第 10 章 影片输出攻略	本章主要讲解了影片输出,如输出 AVI 视频、输出 WAV 音频、输出电影胶片、输出 GIF 动画、输出静帧图像、输出图片序列、输出 QuickTime 影片、输出部分影片、输出 MPEG 影片等内容

## ■ 本书适合读者

本书结构清晰、内容简练,采用了由浅入深、按图索骥的方式讲解,适合以下读者使用。

▶ 初级读者:对于正准备学习使用 Premiere Pro 软件的用户而言,本书提供了一个全面了解和认识 Premiere Pro 软件的平台。

▶ 中级读者:对于已经比较熟悉 Premiere Pro 软件的用户,本书在不少设计理念和操作上与其他同类书籍有很大不同,这一层次的读者可以在学习中举一反三,快速进入 Premiere Pro 软件的高层应用境界。

▶ 各类计算机培训中心、各中职中专、各大专院校:理论与实践相结合,符合技能型教学大纲需要,即可作为各学校的授课教材,也可作为相关专业的辅导用书。

## ■ 本书创作队伍

本书由柏松主编,飞龙工作室组织编著,参与编写的团队人员有湖南师大的凤舞、谭贤、周旭阳、袁淑敏,湖南大学的谭中阳、杨端阳、谭俊杰、徐茜、柏仁能、刘桂花、柏先云、李林义、李四华,新华教育的刘嫔、廖博,思远教育的文灿,湖南生物机电学院的莫华浪,湖南第一师范的黄刚,长沙大学的何晓瑜、何丽艳,湖南艺术职业学院的罗燕文,湖南科技职业学院的尹唱又等老师,在此一并表示感谢!

由于编写时间仓促和水平有限,书/盘中难免有疏漏与不妥之处,欢迎各位读者来信咨询和指正,联系邮箱:feilong200688@yahoo.com.cn,我们将听取您宝贵的意见,奉献精品图书。

## ■ 本书版权声明

本书所采用的产品、图片、创意和模型的著作权,均为所属公司或者个人所有,本书引用仅为说明(教学)之用,绝无侵权之意,特此声明。

编者

# 读者回执卡

欢迎您立即填写回函

您好!感谢您购买本书,请您抽出宝贵的时间填写这份回执卡,并将此页剪下寄回我公司读者服务部。我们会在以后的工作中充分考虑您的意见和建议,并将您的信息加入公司的客户档案中,以便向您提供全程的一体化服务。您享有的权益:

- ★ 免费获得我公司的新书资料;
- ★ 寻求解答阅读中遇到的问题;
- ★ 免费参加我公司组织的技术交流会及讲座;
- ★ 可参加不定期的促销活动,免费获取赠品;

## 读者基本资料

姓名 \_\_\_\_\_ 性别 男 女 年龄 \_\_\_\_\_  
 电话 \_\_\_\_\_ 职业 \_\_\_\_\_ 文化程度 \_\_\_\_\_  
 E-mail \_\_\_\_\_ 邮编 \_\_\_\_\_  
 通讯地址 \_\_\_\_\_

请在您认可处打√ (6至10题可多选)

- 1、您购买的图书名称是什么: \_\_\_\_\_
- 2、您在何处购买的此书: \_\_\_\_\_
- 3、您对电脑的掌握程度: 不懂 基本掌握 熟练应用 精通某一领域
- 4、您学习此书的主要目的是: 工作需要 个人爱好 获得证书
- 5、您希望通过学习达到何种程度: 基本掌握 熟练应用 专业水平
- 6、您想学习的其他电脑知识有: 电脑入门 操作系统 办公软件 多媒体设计  
编程知识 图像处理 网页设计 互联网知识  
封面、插图及版式 知名作家(学者)的推荐或书评 印刷、装帧质量  
书店宣传
- 7、影响您购买图书的因素: 书名 作者 出版机构 其他  
内容简介 网络宣传 图书定价 书店宣传  
封面、插图及版式 知名作家(学者)的推荐或书评 其他
- 8、您比较喜欢哪些形式的学习方式: 看图书 上网学习 用教学光盘 参加培训班
- 9、您可以接受的图书的价格是: 20元以内 30元以内 50元以内 100元以内
- 10、您从何处获知本公司产品信息: 报纸、杂志 广播、电视 同事或朋友推荐 网站
- 11、您对本书的满意度: 很满意 较满意 一般 不满意
- 12、您对我们的建议: \_\_\_\_\_

请剪下本页填写清楚,放入信封寄回,谢谢!

1 0 0 0 8 4

北京100084—157信箱

读者服务部

收

贴 票  
邮 处

邮政编码:

技术支持与课件下载: <http://www.tup.com.cn> <http://www.wenyuan.com.cn>

读者服务邮箱: [service@wenyuan.com.cn](mailto:service@wenyuan.com.cn)

邮 购 电 话: 62791864 62791865 62792097-220

组 稿 编 辑: 张 瑜

投 稿 电 话: 62773995-313

投 稿 邮 箱: [book1402@126.com](mailto:book1402@126.com)

# 目 录

第 1 章 Premiere Pro 快速起步.....	1
实例 1 初识工作界面.....	2
实例 2 新建和打开文件.....	4
实例 3 保存和关闭文件.....	6
实例 4 导入图像文件.....	7
实例 5 调整素材文件.....	9
实例 6 链接和群组视频.....	12
实例 7 调整素材持续时间.....	14
实例 8 添加关键帧.....	16
实例 9 使用运动效果.....	19
实例 10 预演编辑.....	21
上机题 运动星球.....	23
第 2 章 视频转场效果的应用.....	25
实例 11 三维转场效果——绿叶开门.....	26
实例 12 叠化转场效果——花中佳人.....	29
实例 13 划像转场效果——林间小屋.....	32
实例 14 映射转场效果——若隐若现.....	35
实例 15 卷页转场效果——国色天香.....	37
实例 16 滑动转场效果——聆听琴音.....	40
实例 17 特殊转场效果——云中飞马.....	43
实例 18 拉伸转场效果——柳暗花明.....	45
实例 19 擦除转场效果——风景怡人.....	48
实例 20 缩放转场效果——动物世界.....	51
上机题 运动星球.....	54
第 3 章 视频滤镜特效的使用.....	55
实例 21 模糊滤镜特效——雄鹰破浪.....	56
实例 22 反转滤镜特效——照片底片.....	59
实例 23 波形弯曲特效——水底游鱼.....	62
实例 24 镜像滤镜特效——比翼双飞.....	65
实例 25 闪电滤镜特效——神秘星空.....	68

实例 26	透视滤镜特效——怀旧照片 .....	71
实例 27	色彩平衡特效——图片校色 .....	75
实例 28	风格化特效——彩色浮雕 .....	78
实例 29	混合滤镜特效——换色玫瑰 .....	81
实例 30	镜头光晕特效——都市夜景 .....	84
上机题	梦幻森林 .....	87
<b>第 4 章 视频高级制作技巧 .....</b>		<b>89</b>
实例 31	模拟聚光灯——月光女神 .....	90
实例 32	蓝屏抠像——移形换影 .....	93
实例 33	倒影效果——碧波荡漾 .....	97
实例 34	倒计时片头——影视片头 .....	101
实例 35	百叶窗——邻家女孩 .....	104
实例 36	添加边框——阳光明媚 .....	107
实例 37	复制属性——相机墙纸 .....	110
实例 38	局部放大——专心致志 .....	114
实例 39	羽化边缘——水墨古画 .....	116
实例 40	色彩替换——背景换色 .....	119
上机题	影视片头 .....	122
<b>第 5 章 文字特效精彩实例 .....</b>		<b>123</b>
实例 41	水平文字——静静想你 .....	124
实例 42	垂直文字——缤纷心情 .....	128
实例 43	渐变文字——残阳如血 .....	131
实例 44	样式文字——蓝色妖姬 .....	136
实例 45	浮雕文字——金属文字 .....	139
实例 46	水晶文字——晶莹剔透 .....	142
实例 47	描边文字——童年时光 .....	145
实例 48	阴影文字——威廉古堡 .....	149
实例 49	纹理文字——深深祝福 .....	153
实例 50	光芒文字——放飞心情 .....	156
上机题	阳光海滩 .....	160
<b>第 6 章 文字特效高级实例 .....</b>		<b>161</b>
实例 51	透明文字——蝴蝶飞舞 .....	162
实例 52	扭曲文字——江南水乡 .....	166
实例 53	倾斜文字——时尚前沿 .....	170
实例 54	辉光文字——蓝色光辉 .....	173
实例 55	立体文字——魅力女人 .....	176

实例 56	路径文字——动人曲线 .....	180
实例 57	划线文字——制作贺卡 .....	184
实例 58	段落文本——与你相逢 .....	188
实例 59	文字模板——夕阳西下 .....	191
实例 60	变色文字——光芒四射 .....	195
实例 61	滚动文字——桂林山水 .....	200
上机题	丛林小屋 .....	203
<b>第 7 章 音频处理技术详解 .....</b>		<b>205</b>
实例 62	为视频插入背景音乐 .....	206
实例 63	调节音频的速度 .....	208
实例 64	为音频添加关键帧 .....	210
实例 65	使用调音台调节音频 .....	212
实例 66	保留音频中精彩部分 .....	216
实例 67	制作音频淡入淡出效果 .....	218
实例 68	设置音频增益 .....	221
实例 69	为音频配上完美的画面 .....	223
上机题	高山流水 .....	226
<b>第 8 章 音频特效技术详解 .....</b>		<b>229</b>
实例 70	为音频添加转场效果 .....	230
实例 71	制作淡入淡出转场效果 .....	232
实例 72	设置左右声道的渐变转换 .....	234
实例 73	制作山谷回音特效 .....	237
实例 74	制作室内混响特效 .....	240
实例 75	消除音频中的电流声 .....	243
实例 76	制作奇异音调特效 .....	246
实例 77	制作超重低音效果 .....	249
上机题	制作音频淡入淡出效果 .....	252
<b>第 9 章 影片制作应用实例 .....</b>		<b>253</b>
实例 78	制作蓝色火焰效果 .....	254
实例 79	制作黑屏过渡效果 .....	258
实例 80	多画面电视墙效果 .....	260
实例 81	制作人物幻影效果 .....	262
实例 82	制作望远镜效果 .....	264
实例 83	视频片段倒播效果 .....	268
实例 84	制作相框效果 .....	270
实例 85	制作动态抠像效果 .....	272

实例 86	电视节目暂停荧屏效果 .....	275
实例 87	制作视频画中画效果 .....	277
实例 88	制作宽屏电影效果 .....	279
实例 89	视频条纹拖尾效果 .....	282
实例 90	MTV 变色字幕效果 .....	284
上机题	制作黑屏过渡效果 .....	289
第 10 章 影片输出攻略 .....		291
实例 91	输出 AVI 视频 .....	292
实例 92	输出 WAV 音频 .....	294
实例 93	输出电影胶片 .....	297
实例 94	输出 GIF 动画 .....	299
实例 95	输出静帧图像 .....	301
实例 96	输出图片序列 .....	304
实例 97	输出 QuickTime 影片 .....	306
实例 98	输出部分影片 .....	309
实例 99	输出 MPEG 影片 .....	313
实例 100	输出素材时间码记录表 .....	315
上机题	输出 AVI 音频 .....	317



# 第1章

## Premiere Pro 快速起步

- 实例 1 初识工作界面
- 实例 2 新建和打开文件
- 实例 3 保存和关闭文件
- 实例 4 导入图像文件
- 实例 5 调整素材文件
- 实例 6 链接和群组视频
- 实例 7 调整素材持续时间
- 实例 8 添加关键帧
- 实例 9 使用运动效果
- 实例 10 预演编辑

**上机题 运动星球**