

光盘内含书中实例的场景文件、QuickTime电影  
和免费试用30天的After Effects 6软件

# After Effects 6 从入门到精通

H a n d s - O n   T r a i n i n g

H·O·T

[美] Lynda Weinman 著  
郭圣路 苗玉敏 王俊岭 译

- 本书长期高居亚马逊网站同类书销售排行首位
- 美国著名的影视制作和Web图形专家 Lynda Weinman 的又一巨著
- 精选 100 个实用范例，以 Step by Step 的方式详细剖析 After Effects 的使用技法
- 以制作过程为导向，以实用培训的形式教给读者 After Effects 影视后期制作的核心原理和技术
- 目前国内最权威的 After Effects 6 教程



中国电力出版社

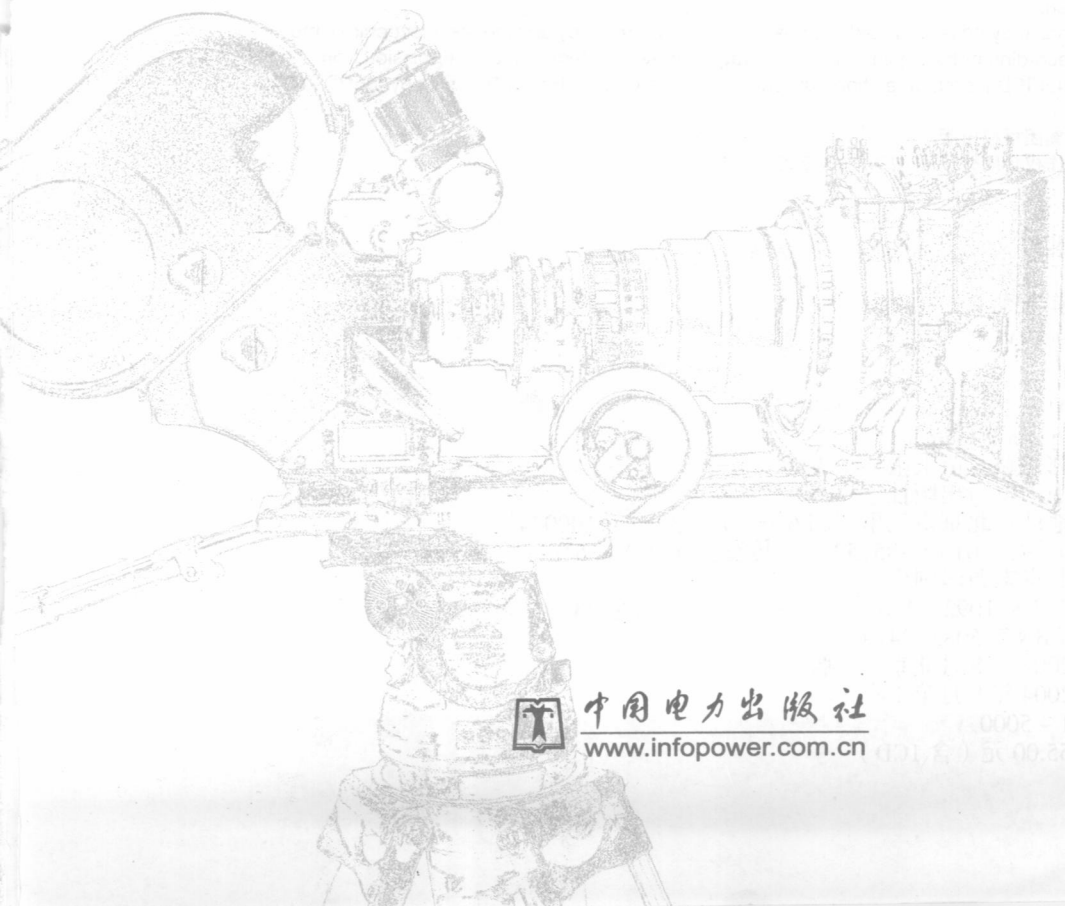
www.infopower.com.cn

# After Effects 6 从入门到精通

Hands - On Training

H·O·T

[美] Lynda Weinman 著  
郭圣路 苗玉敏 王俊岭 译



中国电力出版社

[www.infopower.com.cn](http://www.infopower.com.cn)

## 内 容 简 介

本书通过大量的练习,以实例的形式全面详细地介绍了After Effects在影视后期处理中的应用。书中凝结了作者多年应用After Effects进行影像特效制作的经验和技巧。全书共分18章,先从After Effects的界面和基本术语讲起,再介绍特殊效果的制作,最后介绍整个电影的输出渲染。全书结构清晰,实例丰富,以制作过程为导向,以实用培训形式教给读者After Effects的核心原理和技术,可以使读者快速入门并迅速达到熟练水平。

本书适合影视后期处理制作人员和广大的After Effects爱好者阅读,也可作为各类影视制作培训班的教材。

图书在版编目(CIP)数据

After Effects 6 从入门到精通 / (美)温曼(Weinman,L.)著;郭圣路,苗玉敏,王俊岭译.

—北京:中国电力出版社,2004

ISBN 7-5083-2479-X

I.A... II.①温...②郭...③苗...④王... III.图形软件, After Effects 6 IV.TP391.41

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第062945号

Adobe After Effects 6 Hands-On Training (ISBN 0-321-22854-5)

Lynda Weinman

Authorized translation from the English language edition, entitled Adobe After Effects 6 Hands-On Training, published by Peachpit Press, Copyright © 2004 by Lynda.com.

All rights reserved.

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from the Publisher.

CHINESE SIMPLIFIED language edition published by China Electric Power Press Copyright © 2004.

本书由美国培生集团授权出版。

北京市版权局著作权合同登记号 图字:01-2004-1654

策 划: 裴红义  
责任编辑: 于先军  
责任校对: 崔燕菊  
责任印制: 邹树群

书 名: After Effects 6 从入门到精通

编 著: Lynda Weinman

翻 译: 郭圣路 苗玉敏 王俊岭

出版发行: 中国电力出版社

地址: 北京市三里河路6号 邮政编码: 100044

电话: (010) 88515918 传真: (010) 88518169

印 刷: 北京丰源印刷厂

开 本: 787 × 1092 1/16

印 张: 33

书 号: ISBN 7-5083-2479-X

版 次: 2004年8月北京第1版

印 次: 2004年8月第1次印刷

印 数: 1~5000

定 价: 55.00元(含1CD)

# 前 言

## Lynda Weinman 的介绍

很高兴能够和大家一起深入地学习 After Effects。许多人都认为我是一位 Web 图形专家，但我是从电影制作开始我的创作生涯的，尤其是为电视节目、音乐视频、工业电影、广告和电影像制作运动图像和特效。大概在 1980 年，我开始了动画职业生涯，我当时的男朋友经营一家动画摄像机服务公司。他把我带入了一个我再也不愿离开的世界。我不喜欢回忆过去，但是我仍然记着个人计算机时代之前的时期，实际上，那时人们是制作实物艺术品，然后用模拟摄像机拍摄下来。这看起来像前世的事情，而事实是在过去的 24 年之中发生了这样大的变化。我从未想到一个小小的叫 After Effects 的计算机程序有一天能够取代动画摄像机、光学打印机、声片剪接器和灯箱 (light box)。

1991 年，我开始教授 CoSa 1.0 版本的 After Effects，第一个教授地点是 Art Center Collage of Design (ACCD)。你很可能从没听说过 ACCD，但是它是世界上第一流的艺术院校。当看到不同学科的学生制作出精美的项目和创建出带有声音的运动图像时都是让人感到惊异的。从那时起，我就迷上了 After Effects，令人高兴的是这个程序在不断地更新升级。自从很久以前第一次被它的功能与魔力所迷惑以来，我就一直梦想写一本关于这个软件的书。

之所以编写本书的实用培训丛书系列，是因为我相信在计算机书籍领域需要这种类型的培训类图书。我认为大多数的人买书是为了学习，而令人遗憾的是真正由教师编写的这类书很少。在这本书中，用户会看到精心组织的课程和练习，这些都能够帮助用户学习 After Effects。现在有许多关于 After Effects 的优秀书籍，但是它们中的大部分都是为中、高级的用户编写的。而这本书将帮助用户打下坚实的基础，这些都是在这些书中学习更复杂的项目时所需要的知识 (在本书后面的“附加资源”附录中用户会找到许多其他有关这方面的书籍)。

这本书是为开始学习 After Effects 的人编写的，这些人正在寻找一种好的工具来为 Web、CD-ROM、DVD、视频或电影创建运动图像。本实用培训的目的就是让用户在学习本书课程的同时快速地掌握 After Effects。阅读本书是一回事，而亲自试用该产品并获得适当的结果又是完全不同的体验。我们的格言是“读这本书，做书中的练习，然后掌握这个产品”。大量的事实证明，学习和使用实用培训 (Hands-On Training) 这套书能够快速掌握这个软件。

许多基于练习的书籍一般都是采用照本宣科的方法进行教学的。使用这种方法，往往很难弄明白如何把这些课程运用到实践中去，或者很难弄明白为什么或什么时候可以再次使用这些技巧。而这本书与其他书的不同之处是课程中包括了许多背景知识、建议和对每个给定项目的见解，可以帮助用户理解项目的制作过程和这些练习本身。

有时，使用图片比使用文字描述更有帮助，而使用电影则更好一些。必要时，我也使用一些简短的 QuickTime 电影展示那些用文字难以解释的步骤。这些文件位于 **H·O·T CD-ROM** 的 **movies** 文件夹中。我认识到有些人属于视觉学习者，有些人喜欢阅读，还有些人喜欢尝试，所以从许多不同的角度讲解成了我的教学风格。这本书兼有许多教学方法，所以用户完全可以按照自己的意愿来学习 After Effects 6.0。

我没打算在这本书中介绍 After Effects 所有方面的内容，手册和许多其他的参考书更适合这一点。我感到书架上所欠缺的是以制作过程为导向的、以实用培训形式教给读者核心原理、技术和提示的实用教学书籍。

欢迎给我发邮件提出你的意见，我的邮箱是 [ae6@lynda.com](mailto:ae6@lynda.com)。请登录我们的网站 <http://www.lynda.com>。这本书的支持 URL 为 <http://www.lynda.com/books/hot/ae6>。

我希望这本书能够提高用户在使用 After Effects 和制作运动图像方面的技术。如果能起到这样的作用，那我也就实现了所制定的目标。

——Lynda Weinman

## 注意 | 关于 [lynda.com/books](http://www.lynda.com/books) 和 [lynda.com](http://www.lynda.com)

[lynda.com/books](http://www.lynda.com/books) 致力于帮助专业制作人员理解这个工具和设计原理。[lynda.com](http://www.lynda.com) 提供实用讨论、现场培训、培训 CD 和在线电影培训库。如果需要更多地了解我们的培训项目、书籍和产品，请访问我们的网站 <http://www.lynda.com>。

## 关于作者 Lynda Weinman



1976 年，Lynda Weinman 毕业于位于美国华盛顿奥林匹亚的 Evergreen State Collage。1982 年之前，她经营两家叫 Vertigo 的零售店。之后，她离开了零售业，开始了对特效和动画事业的追求。她曾参与过许多动画项目的制作，从 Return of the Jedi 到 Dodge 广告再到 Howard Jones 视频以及为 Apple 和 Momenta 计算机公司制作的工业电影。1984 年，她购买了第一代 Macintosh 计算机，从此她的生活永远改变了。

1987 年，Lynda 使用 Macromind VideoWorks (Mecromedia Director 的前身) 和 Super 3D

在一台 Macintosh FX 上为电影《Star Trek V》制作了动画广告。从那一刻起，她再也没有离开过个人计算机图形平台。1989 年有了一个女儿之后，她离开了电影和视频制作工作，开始了全职教学工作。

Lynda 为很多的杂志撰过稿，包括《MacUser》、《MacWeek》、《Macworld》、《DV》、《Diem》、《Step-by-Step Graphics》和《HOW Design》。她在 1995 年编写了第一本书《Designing Web Graphics》（1996 年出版），并从此开始了写书和教学的工作。她曾在 Art Center Collage of Design 任教七年，还曾任教于 UCLA Extension，美国电影协会（American Film Institute）和旧金山的 Multimedia Studies Program。

在开始时，lynda.com 网站是为她的 Art Center 的学生创建的，之后演变成为一个商务网站，该网站为专职人员提供支持，在加利福尼亚的欧杰（Ojai）有多个场所。lynda.com 专门为那些想要在数字艺术领域工作并想有所建树的人提供教育培训。lynda.com 制作各种形式的培训资料，包括书籍、CD-ROM、在线电影培训库、在线培训和比赛活动，比如 FlashForward 2000—2004 和 After Effects West。

## Lynda 的谢辞

这本书是许多人共同努力的成果。向下列人员致以最真诚的感谢：

我的丈夫，Bruce Heavin。感谢你让我在走了很长的一段弯路之后返回到 After Effects 世界中。我很幸运能够遇到你并与你享受生活。

我的女儿，Jamie。我爱你，作为你的妈妈，我感到非常自豪。

Garo Green，我的工作伙伴。与你一起工作是一件很愉快的事情——非常感谢你为编写这套丛书所付出的努力。

还有测试人员 Laurie Burress 和 Scott Cuzzo。感谢你们找出并修正我的错误。Laurie，你明智的教学建议是极其宝贵的。Scott，你工作的认真态度是令人敬畏的。感谢你们二人为这本书作出的卓越贡献。

Jay Laird 帮助我介绍了新增功能部分——绘画和文本。你为本书编写了大量的练习和培训资料并为本书的尽快上市作出了贡献。期望能更多地与你合作。

lynda.com 的全体工作人员。感谢你们为公司作出的贡献，作为公司的领导人，我为你们感到骄傲。

Peachpit 和 New Riders 的工作人员。与一个认真负责的公司一起工作是一件令人高兴的事情。Jennifer 和 Stephanie——与你们一起工作非常愉快，非常感谢能够与我们合作！

Chris 和 Trish Meyer，感谢你们多年来的精神支持和友谊。能够重新与你们合作我非常高兴，感谢你们对 After Effects 社团作出的巨大贡献。感谢你们！

还有 Adobe 的全体工作人员——Erica、Kevin、Steve、Dave H.、Dave S.、Dan 和所有

其他的人。你们颠覆了这个世界——感谢你们开发了这种惊人的产品。

David Rogelberg, 感谢你使出版这套丛书梦想变为现实, 你的支持和贡献是无法估量的。

## 注意 | 本书的组成

本书由多个部分组成, 包括分步骤练习、注释、注意、提示、警告和电影。分步骤练习都被编了号, 文件名和命令键都使用粗体印刷以便使用户更容易阅读。说明和注释都使用楷体印刷, 比如这是一个说明。文件名/文件夹、命令键和菜单命令都使用粗体印刷: **images** 文件夹, **Ctrl+单击**, 和 **File>Open**。代码使用的是 Courier New 字体: `<html></html>`。URL 地址使用粗体: **http://www.lynda.com**。

## After Effects 6 新增加的内容

如果用户使用过 After Effects 以前的版本, 那么必须升级到 After Effects 6! 在这一版本中最引人注目的是新增加了两个重要的功能——文本层和绘画效果。下面列出了一些功能方面的改进:

- 现在 After Effects 有了内置的文本动画工具
- 很多性能都得到了明显的改善
- 可以随时在层上使用无破坏性的 Vector Paint 工具
- 改善了与其他 Adobe 产品的整合功能
- 改善了遮罩功能, 比如 alpha 通道的自动追随特性 (Auto-Trace)

## 什么是 Production Bundle?

After Effects 6 有两个版本——一个版本带有 Production Bundle, 另一个不带。两个版本都具有 After Effects 6 的全部功能。惟一的区别是有 Production Bundle 的版本包括许多更高级、更复杂的特效, 价格也因此而更高一些。正如用户将要在本书的实用练习中学习到的, 使用特效可以为 After Effects 电影添加额外的特征, 如投影、模糊、灯光或变形效果。特效也被称为插件, 类似于 Photoshop 或 Premiere 中的滤镜。

在用户开始通过阅读本书和做书中的分步骤练习来学习 After Effects 时, 用户就会学习到使用特效的步骤。有些 Production Bundle 特效具有和那些特定插件不同的设置。由于这是一本初级用书, 所以没有涉及到 Production Bundle 特效包。在本书后面的附录“附加资源”中, 用户会找到许多的书和资料来帮助用户在本书的基础上更进一步。如果用户真想成为一个 After Effects 的专业人员, 我建议用户购买 Production Bundle。如果用户没有足够的钱, 也不用担心, After Effects 的标准版本拥有和 Production Bundle 版本一样的核心功能。

## Macintosh 和 Windows 的界面抓图

本书中的大多数界面都是在 Macintosh 上抓取的，使用的是 OS X。只有当 Windows 的界面和 Macintosh 不同时，我才使用 Windows 界面。我这样做的原因是我一般都使用 Macintosh 进行我的大部分设计和写作工作。我也拥有 Windows 系统并使用它，所以能注意到它们之间的重要区别，并相应地抓取界面。

## Mac 系统与 Windows 系统的区别

Adobe 公司做了大量的工作以确保 After Effects 的外观和使用在 Macintosh 和 Windows 操作系统上是相同的。然而，仍有一些区别需要注意。如果用户使用的是 Windows 操作系统，那么一定要仔细阅读下面一节“在 Windows 系统上把练习文件变为可编辑的文件”的内容。

### 警告 | 在 Mac 中是 Open，在 Windows 中是 Select

在本书中，用户会被指示单击 **Open** 按钮。这在 Macintosh (使用的是 OS X.) 上是 Open 按钮。而在运行 Windows 的 PC 机上，应该是 **Select** 按钮。这两个按钮可以互换，而且功能是相同的。

## 在 Windows 系统上把练习文件变为可编辑的文件

在默认设置下，当用户把文件从光盘中复制到 Windows 2000/NT/XP 的硬盘上时，它们被设置为只读（不能被编辑）。这会产生一些问题，因为用户需要编辑其中的一些文件。用户会注意到在它们的旁边有一个小锁，这表明它们已被设置为只读文件。用户可以按照下面的步骤去除这个设置，使它们变为可编辑的文件：

1. 把文件从 **H·O·T CD-ROM** 中拖曳到硬盘上的一个位置，按着 **Ctrl** 键的同时单击每个带有小锁的文件。

---

2. 选取了所有的文件后，选择 **File>Turn Off Read Only** 命令。

---

## After Effects 6 的系统要求

### Macintosh 系统要求

- PowerPC®处理器（推荐使用多处理器 G4）。
- Mac OS X 版本 10.2.6。
- 128 MB 内存（推荐 256MB 或更多）。



- 150MB 可用硬盘空间用于安装该程序（为了正常工作，推荐使用 500MB 或更多可用硬盘空间，或使用磁盘阵列）。
- CD-ROM 驱动器。
- 24 位彩色显示适配器。
- Apple QuickTime™ 软件（推荐）。

### Windows 系统要求

- Intel® Pentium III 或 4 处理器（推荐使用多处理器）。
- Microsoft® Windows® 2000 或 Windows XP Pro 或 Home Edition。
- 128 MB 内存（推荐 256MB 或更多）。
- 150MB 可用硬盘空间用于安装（为了正常工作，推荐 500MB 或更多可用硬盘空间，或使用磁盘阵列）。
- CD-ROM 驱动器。
- 24 位彩色显示适配器。
- Apple QuickTime™ 6.1 软件（推荐）。
- Microsoft DirectX 8.1 软件（推荐）。

### 警告 | Windows XP 和 QuickTime

不幸的是，Windows XP 可能不能使 QuickTime 正常工作。如果发生这种情况，可登录 Apple 网站下载最新的 QuickTime 插件。在进行此操作时，确保关闭 After Effects。如果用户使用的是 Windows XP，那么确定安装的是最新的版本。可以通过选择 **Start>All Programs>Windows Update** 命令实现。有些升级内容会明显地影响 QuickTime 的兼容性，因此不要忘记升级。

## CD-ROM 中有什么内容？

### 练习文件和 H·O·T CD-ROM

课程文件位于 **H·O·T CD-ROM** 中的 **exercise\_files** 文件夹中。这些文件分布于不同章节的文件夹中，在许多练习中，用户需要把这些章节中的文件夹复制到硬盘上。不幸的是，在把这些文件从 CD-ROM 复制到硬盘上时，在默认设置下，Windows 操作系统会把它作为只读文件，这意味着用户无法编辑它们。用户需要根据练习的操作步骤对它们进行修改，所以请阅读上一节的内容以便知道如何转换它们。

### CD-ROM 上的 Demo 文件

除了练习文件外，在 **H·O·T CD-ROM** 中还包含 After Effects 免费的 30 天的试用版本和适用于 Mac 或 Windows 的 QuickTime 6.1 应用程序。所有的软件都位于 **H·O·T CD-ROM** 中的 **software** 文件夹中。

# 目 录

## 前言

|   |           |
|---|-----------|
| <b>第 1 章 背景</b> .....                                   | <b>1</b>  |
| After Effects 简介 .....                                  | 2         |
| After Effects 6.0 的新增功能 .....                           | 2         |
| 关于 Animation (动画) 和 Motion Graphics (运动图像) .....        | 3         |
| After Effects 能够生成哪些文件格式? .....                         | 4         |
| After Effects 与 Photoshop 的区别 .....                     | 4         |
| After Effects 与 Avid, Final Cut Pro 和 Premiere 的区别..... | 5         |
| After Effects 与 Macromedia Flash 的区别 .....              | 5         |
| 什么是合成? .....  | 5         |
| 怎样把视频内容导入 After Effects 中? .....                        | 5         |
| 除了 After Effects 外还需要哪些其他的辅助工具? .....                   | 6         |
| 如何更多地学习动画、视频与合成? .....                                  | 7         |
| <b>第 2 章 界面</b> .....                                   | <b>8</b>  |
| After Effects 概述 .....                                  | 9         |
| Project 窗口.....   | 10        |
| Composition 窗口 .....                                    | 11        |
| Timeline 窗口.....  | 12        |
| 调板组织 .....  | 12        |
| Time Controls 调板 .....                                  | 13        |
| Audio 调板 .....  | 14        |
| Info 调板 .....   | 14        |
| Tools 调板 .....  | 14        |
| 快捷键 .....   | 15        |
| 练习 1. 使用 After Effects 界面 .....                         | 16        |
| <b>第 3 章 项目</b> .....                                   | <b>19</b> |
| 什么是项目? .....  | 20        |
| 练习 1. 创建和设置一个项目 .....                                   | 21        |

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| 导入资源（也称为素材） .....                | 22        |
| 练习 2. 导入 Photoshop 文档 .....      | 22        |
| 练习 3. 导入 Illustrator 文档 .....    | 24        |
| 练习 4. 导入 QuickTime 电影 .....      | 26        |
| 练习 5. 一次性输入一个文件夹中的所有文件 .....     | 28        |
| 练习 6. 创建文件夹 .....                | 30        |
| 本章测试 .....                       | 32        |
| <b>第 4 章 合成 .....</b>            | <b>33</b> |
| 什么是合成？ .....                     | 34        |
| 练习 1. 合成设置 .....                 | 35        |
| 合成设置 .....                       | 38        |
| 项目设置 .....                       | 40        |
| 练习 2. 把素材输入到合成中 .....            | 41        |
| 练习 3. 把 Photoshop 文件作为合成输入 ..... | 46        |
| 练习 4. 使用素材设置创建合成 .....           | 48        |
| 本章测试 .....                       | 51        |
| <b>第 5 章 关键帧、动画和时间标尺 .....</b>   | <b>53</b> |
| Timeline 窗口 .....                | 54        |
| 什么是关键帧？ .....                    | 56        |
| 练习 1. 设置关键帧 .....                | 57        |
| 什么是属性？ .....                     | 60        |
| 练习 2. 使用 RAM 预览 .....            | 61        |
| 练习 3. 编辑运动 .....                 | 63        |
| 练习 4. 复制和粘贴关键帧 .....             | 69        |
| 练习 5. 移动关键帧 .....                | 73        |
| 各个属性的快捷键 .....                   | 74        |
| 自动设置关键帧快捷键 .....                 | 75        |
| 练习 6. 使用控制手柄创制缩放动画 .....         | 75        |
| 练习 7. 为多个属性设置动画 .....            | 78        |
| 什么是锚点？ .....                     | 84        |
| 练习 8. 使用 Pan Behind 工具移动锚点 ..... | 84        |
| 什么是 Bezier 曲线和手柄？ .....          | 87        |

|  |            |
|--|------------|
| 练习 9. 使用运动路径的 Bezier 手柄.....                 | 88         |
| 空间性插补类型.....                                 | 90         |
| 混合空间性插补类型.....                               | 91         |
| 练习 10. 跟随复杂的运动路径.....                        | 92         |
| 本章测试.....                                    | 99         |
| <b>第 6 章 时间控制.....</b>                       | <b>100</b> |
| 空间性与时间性插补.....                               | 101        |
| 练习 1. 使用关键帧助手.....                           | 101        |
| 练习 2. 编辑 Speed Graph.....                    | 106        |
| 练习 3. 使用 Hold Temporal Interpolation 方法..... | 107        |
| 练习 4. 使用 Roving 关键帧.....                     | 112        |
| 什么是关键帧插补?.....                               | 115        |
| <b>第 7 章 预览电影.....</b>                       | <b>117</b> |
| 预览的重要性.....                                  | 118        |
| Time Control 调板.....                         | 118        |
| 预览的类型.....                                   | 119        |
| 练习 1. Time Control 调板中的播放模式.....             | 120        |
| 练习 2. 为了进行快速的 RAM 预览略帧.....                  | 122        |
| 练习 3. 降低预览分辨率.....                           | 124        |
| 练习 4. 在 Composition 窗口中改变分辨率.....            | 126        |
| 练习 5. 预览有效区域.....                            | 129        |
| 练习 6. 使用 Work Area 设置限制预览.....               | 131        |
| 练习 7. 线框预览.....                              | 132        |
| 应该使用什么设置?.....                               | 133        |
| <b>第 8 章 层.....</b>                          | <b>135</b> |
| 练习 1. 层的基本知识.....                            | 136        |
| 练习 2. 标记层.....                               | 141        |
| 什么是开关 (switch)?.....                         | 143        |
| 练习 3. 使用 Shy Layers.....                     | 145        |
| 练习 4. 使用隔离开关.....                            | 148        |
| 练习 5. 使用质量开关.....                            | 149        |

|   |            |
|---|------------|
| 练习 6. 质量开关和连续光栅化开关 .....                        | 152        |
| 什么是运动模糊? .....                                  | 155        |
| 练习 7. 应用运动模糊 .....                              | 155        |
| 在层中移动和调整时间 .....                                | 157        |
| 练习 8. 层中的切入点和切出点 .....                          | 158        |
| 练习 9. 调整层的键盘方式 .....                            | 160        |
| 练习 10. 分离层 .....                                | 163        |
| 练习 11. 时间伸展和帧混合 .....                           | 165        |
| 练习 12. 时间重映射 .....                              | 169        |
| 练习 13. 替换层 .....                                | 172        |
| 练习 14. 排列层 .....                                | 174        |
| 什么是实色层 (Solid Layer)? .....                     | 179        |
| 练习 15. 创建实色层 .....                              | 179        |
| 对齐和分配层 .....                                    | 186        |
| 练习 16. 使用 Align 调板 .....                        | 187        |
| 什么是层模式 (Layer Modes)? .....                     | 191        |
| 练习 17. 层模式 .....                                | 197        |
| <b>第 9 章 文本层 .....</b>                          | <b>199</b> |
| 文本层和动画文本菜单 .....                                | 200        |
| 练习 1. 设置和动画文本 .....                             | 200        |
| 练习 2. 使用 Range Selector .....                   | 207        |
| 什么是偏移 (Offset)? .....                           | 211        |
| 练习 3. 使用多个 Animator 和 Selector .....            | 211        |
| 练习 4. Advanced Selector 属性 .....                | 215        |
| Range Selector 的属性 .....                        | 221        |
| 练习 5. 文本框 (Text Boxes) 和 Wiggly Selectors ..... | 222        |
| Wiggly Selector 的属性 .....                       | 227        |
| 练习 6. 使用字符偏移 .....                              | 228        |
| 练习 7. 使文本在路径上运动 .....                           | 239        |
| 练习 8. 从 Photoshop 和 Illustrator 中输入文件 .....     | 242        |
| <b>第 10 章 特效 .....</b>                          | <b>245</b> |
| 什么是插件? .....                                    | 246        |

|  |            |
|--|------------|
| 练习 1. 应用特效 .....                       | 246        |
| 练习 2. 阴影特效 .....                       | 250        |
| 练习 3. 过渡特效 .....                       | 253        |
| 练习 4. Favorites .....                  | 257        |
| 练习 5. 带有特效的调整层 .....                   | 259        |
| 练习 6. 预制作特效 .....                      | 260        |
| Pre-Compose 对话框 .....                  | 263        |
| 子化和预制作 .....                           | 263        |
| Effects 调板 .....                       | 264        |
| <b>第 11 章 子化 .....</b>                 | <b>266</b> |
| 子化层 .....                              | 267        |
| 练习 1. 把子层连接到父层 .....                   | 267        |
| Interpret Footage 对话框 .....            | 272        |
| 练习 2. 准备子化 .....                       | 275        |
| 练习 3. 为子层和父层设置动画 .....                 | 279        |
| 练习 4. 使用空物体作为一个父物体 .....               | 287        |
| <b>第 12 章 绘画 .....</b>                 | <b>291</b> |
| 关于绘画 .....                             | 292        |
| 练习 1. 创建一个 Write-On 合成 .....           | 292        |
| 练习 2. 编辑一个绘画的笔画 .....                  | 299        |
| 练习 3. 随时间改变绘画笔画 .....                  | 301        |
| 练习 4. 使用 Eraser 工具创建 Write On 效果 ..... | 305        |
| 练习 5. 使用 Clone (克隆) 工具 .....           | 310        |
| 练习 6. 使用 Scribble 效果仿造绘画 .....         | 314        |
| <b>第 13 章 遮罩 .....</b>                 | <b>321</b> |
| 练习 1. 创建一个简单的遮罩 .....                  | 322        |
| 使用 Pen 工具绘制遮罩 .....                    | 326        |
| 使用 Selection 工具 .....                  | 326        |
| 练习 2. 使用 Pen 工具绘制 Bezier 遮罩 .....      | 328        |
| 练习 3. 使用遮罩和文本效果 .....                  | 331        |
| 练习 4. 创建羽化遮罩 .....                     | 334        |

|   |            |
|---|------------|
| 练习 5. 使用遮罩模式 .....                                    | 337        |
| 练习 6. 动画和改变遮罩的形状 .....                                | 346        |
| <b>第 14 章  轨迹蒙板 .....</b>                             | <b>350</b> |
| 什么是 alpha 通道? .....                                   | 351        |
| 从 Photoshop 文件中输入 alpha 通道 .....                      | 352        |
| 练习 1. 创建一个轨迹蒙板 .....                                  | 355        |
| 练习 2. 为轨迹蒙板设置动画 .....                                 | 359        |
| 练习 3. 基于亮度的轨迹蒙板 .....                                 | 362        |
| 练习 4. 带有遮罩实色层的软边轨迹蒙板 .....                            | 364        |
| 其他遮罩模式 .....  | 369        |
| <b>第 15 章  3D 层 .....</b>                             | <b>375</b> |
| 在 After Effects 中的 3D .....                           | 376        |
| 在 Timeline 中制作 3D 层 .....                             | 377        |
| 练习 1. 制作 3D 层 .....                                   | 378        |
| 3D 视图纵览 .....   | 385        |
| 练习 2. 使用 3D 视图 .....                                  | 386        |
| 练习 3. 创建 Custom Camera (自定义摄像机) 视图 .....              | 391        |
| 多视图 .....   | 393        |
| 练习 4. 在 3D 中的灯光 .....                                 | 394        |
| 练习 5. 添加摄像机并为摄像机设置动画 .....                            | 404        |
| 练习 6. 为兴趣点设置动画 .....                                  | 409        |
| Camera Settings 对话框 .....                             | 419        |
| 练习 7. 摄像机选项和设置 .....                                  | 420        |
| 练习 8. 使用 Draft 3D 和 Wireframe Interactions 进行预览 ..... | 423        |
| <b>第 16 章  表达式 .....</b>                              | <b>425</b> |
| 练习 1. 添加表达式和创建关系 .....                                | 426        |
| 练习 2. 创建属性关系 .....                                    | 428        |
| 练习 3. 乘以表达式的值 .....                                   | 429        |
| 练习 4. 文本, 效果和表达式 .....                                | 431        |
| 练习 5. 关闭一个表达式 .....                                   | 435        |
| JavaScript 的表达式库 .....                                | 437        |

|  |            |
|--|------------|
| 练习 6. 把表达式转换为关键帧 .....                       | 437        |
| <b>第 17 章 音频 .....</b>                       | <b>440</b> |
| 在 After Effects 中的音频纵览 .....                 | 441        |
| 练习 1. 在合成中添加音频 .....                         | 442        |
| 练习 2. 预览音频 .....                             | 443        |
| 练习 3. 添加标记和注释 .....                          | 445        |
| Marker 对话框 .....                             | 446        |
| Audio 调板 .....                               | 447        |
| 练习 4. 调节音量水平 .....                           | 448        |
| <b>第 18 章 渲染最终的电影 .....</b>                  | <b>452</b> |
| QuickTime 格式和 AVI/Video for Windows 格式 ..... | 453        |
| 压缩和解压缩 .....                                 | 453        |
| Render Queue 窗口 .....                        | 454        |
| 练习 1. 使用 Render Queue 的默认设置 .....            | 455        |
| 练习 2. 改变渲染设置 .....                           | 458        |
| 练习 3. 使用 Output Module 设置 .....              | 463        |
| Output Module Settings 对话框 .....             | 471        |
| 练习 4. 渲染音频 .....                             | 475        |
| 练习 5. 保存 alpha 通道或者运动遮罩 .....                | 478        |
| 如果查看合成的 alpha 通道 .....                       | 481        |
| After Effects 和 Web .....                    | 483        |
| 练习 6. 保存 RAM 预览 .....                        | 486        |
| 练习 7. 创建和使用渲染模板 (Rendering Templates) .....  | 487        |
| 练习 8. Collecting Files 命令 .....              | 495        |
| 编写 Macromedia Flash 文件 .....                 | 496        |
| 练习 9. 使用 Macromedia Flash 格式进行输出 .....       | 497        |
| <b>附录 A 附加资源 .....</b>                       | <b>502</b> |
| 有关 After Effects 的图书 .....                   | 503        |
| 有关 After Effects 的光盘 .....                   | 504        |
| 有关 After Effects 的视频 .....                   | 504        |
| 在线社团和资源 .....                                | 505        |



|   |            |
|---|------------|
| 音频和视频格式的在线资源 .....                      | 505        |
| HTML 和 QuickTime 链接 .....               | 506        |
| 相关的 lynda.com 培训产品 .....                | 506        |
| <b>附录 B 问题处理 .....</b>                  | <b>507</b> |
| 为什么在合成的最后会有一个灰色的帧 (Gray Frame) ? .....  | 508        |
| RAM 预览为什么很快就会停止? .....                  | 508        |
| QuickTime 不能使用——我该怎么办? .....            | 508        |
| 当出现 Missing Footage 错误信息时, 应该怎么办? ..... | 508        |
| 为什么电影播放时会出现停停动动的现象? .....               | 509        |
| 为什么会得到 Untitled (没有标题) 警告信息? .....      | 509        |
| 如果我使用的是笔记本电脑, 那么怎么使用键盘快捷键呢? .....       | 509        |