

# ADOBE® PREMIERE® PRO CS4

## CLASSROOM IN A BOOK

- Adobe公司推出的权威经典教程
- 畅销全球16年的著名品牌图书
- 在全世界以27种语言火爆发行



# Adobe Premiere Pro CS4 经典教程

Adobe公司编写的学习用书



CD-ROM

[美] Adobe 公司 著  
王永炫 译

 人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS

ADOBE® PREMIERE® PRO CS4



# Adobe Premiere Pro CS4

## 经典教程

[美] Adobe 公司 著  
王永炫 译



人民邮电出版社  
北京

## 图书在版编目 (CIP) 数据

Adobe Premiere Pro CS4经典教程 / 美国Adobe公司著;  
王永炫译. —北京: 人民邮电出版社, 2009.6  
ISBN 978-7-115-20566-7

I. A… II. ①美…②王… III. 图形软件, Premiere Pro  
CS4—教材 IV. TP391.41

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第037936号

## 版权声明

Authorized translation from the English language edition, entitled *Adobe Premiere Pro CS4 Classroom in a Book*, 1<sup>st</sup> Edition, 0321573854 by Adobe Creative Team, published by Pearson Education, Inc, publishing as Adobe Press, Copyright © 2009 Adobe Systems Incorporated and its licensors.

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 Pearson Education, Inc. Chinese Simplified language edition published by Posts and Telecommunications Press, Copyright © 2009.

本书中文简体字版由美国 Pearson Education 集团公司授权人民邮电出版社出版。未经出版者书面许可, 对本书任何部分不得以任何方式复制或抄袭。

版权所有, 侵权必究。

## Adobe Premiere Pro CS4 经典教程

- 
- ◆ 著 [美] Adobe 公司
  - 译 王永炫
  - 责任编辑 李 际
  - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号  
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
北京铭成印刷有限公司印刷
  - ◆ 开本: 800×1000 1/16  
印张: 24.25  
字数: 569 千字 2009 年 6 月第 1 版  
印数: 1—3 500 册 2009 年 6 月北京第 1 次印刷

著作权合同登记号 图字: 01-2008-5865 号

ISBN 978-7-115-20566-7/TP

定价: 49.00 元 (附光盘)

---

读者服务热线: (010) 67132705 印装质量热线: (010) 67129223  
反盗版热线: (010) 67171154

# 内容提要

本书由 Adobe 公司的专家编写，是 Adobe Premiere Pro CS4 软件的正规学习用书。

全书共分为 21 课，每课都围绕着具体的例子讲解，步骤详细，重点明确，手把手教您进行实际操作。全书是一个有机的整体，通过大量富有创意的项目，详细地介绍视频编辑的流程和细节，帮助您快速掌握软件的使用方法。本书除全面介绍了 Premiere Pro CS4 的操作流程外，还详细介绍了 Premiere Pro CS4 的新功能。书中给出了大量的提示和技巧，提高您使用 Premiere Pro CS4 的效率。

无论您是视频编辑的新手，还是在视频编辑软件方面已有一定经验和水平的专业人士，本书都有适合您阅读的内容。如果您对 Premiere Pro 还比较陌生，可以先了解使用 Premiere Pro 所需的基本概念和特性；如果您是一位 Premiere Pro 的老手，则可以将主要精力放在新版本的技巧和技术的使用上。本书也适合各类相关培训班学员及广大自学人员参考。

# 前言

Adobe Premiere Pro CS4，这是一个为视频编辑爱好者和专业人士准备的基本编辑工具，它能极大地提升您的创作能力和创作自由度。Adobe Premiere Pro 是目前最易学、高效和精确的视频编辑软件之一。无论您使用的是 DV、HD、HDV、AVCHD、P2 DVCPRO HD、XDCAM 或者其他任何格式，Premiere Pro 无与伦比的强大功能都将令您的工作更快捷、更有创造力。一整套功能强大、独一无二的工具可以让您轻松面对编辑、制作以及工作流上遇到的所有挑战，满足您创建高质量作品的要求。

## 关于经典教程

---

本书是 Adobe 图形和出版软件系列中官方培训教程的一部分。教程设计的出发点有利于您以自己的进度来学习。如果您是 Adobe Premiere Pro 的初学者，则首先需要学习和这个程序有关的基本概念和功能。本书中涉及许多高级特性，包括使用这个程序最新版本的技巧和方法。

教程中很多地方应用到这个版本的新功能。比如，改进的音频选项、改善的编辑效率、无磁带介质，以及不用渲染或者中间导出就能够把序列发送到 Adobe Encore CS4，输出到 DVD、蓝光光盘或 Adobe Flash CS4 Professional。利用 Adobe Media Encoder 的批导出，使导出功能变得更强大、更便于使用。新增功能（如语音 - 文本抄本）为查找项目内的帧节省了大量的时间。Adobe Premiere Pro CS4 现在可用于 Windows 和 Mac 操作系统。

## 必备知识

---

在开始使用本书之前，请确认您的系统已经正确设置并且安装了所需的软件和硬件。您应该具有使用计算机和操作系统方面的常识，必须懂得怎样使用鼠标和标准的菜单和命令，以及怎样打开、存储和关闭文件。如果您需要复习这些内容，请参考 Windows 或 Mac 系统中相关的印刷文档或联机文档。

## 安装 Adobe Premiere Pro CS4

---

必须单独购买 Adobe Premiere Pro CS4 软件。您可以根据程序 DVD 光盘中的 Adobe Premiere Pro ReadMe.html 文档来了解安装该软件的系统需求和完整的安装指导。

请把 Adobe Premiere Pro 从 Adobe Premiere Pro CS4 DVD 光盘安装到硬盘上，该程序无法直接在 DVD 光盘上运行，请根据屏幕的提示进行操作。安装期间也会安装 Adobe Encore CS4、Adobe OnLocation CS4、Adobe Bridge CS4 以及一些共享组件。

可以在注册卡上或 DVD 光盘盒的背面找到序列号，安装前确认您的序列号是可用的。

## 优化性能

视频编辑对于台式计算机的内存和处理器来说是高强度的工作。快速处理器和大量的内存会使您的编辑变得更快、更高效。Adobe Premiere Pro CS4 对内存的最低要求是 1GB；编辑 HDV 或 HD 媒体时推荐使用 2GB 的内存。在 Windows 和 Mac 系统上，Adobe Premiere Pro CS4 支持多内核处理器，将来能够运行在具有多核 Intel 处理器的 Mac 计算机上。

在进行 SD 或 HDV 编辑时建议使用专用的 7200-RPM 或更快的硬盘。进行 HD 编辑时建议使用 RAID 0 条带化磁盘阵列或 SCSI 磁盘子系统。如果您尝试在同一个硬盘上存储媒体文件和程序文件，性能则会受到极大的影响。

Pr

**提示：**常见磁盘配置是把操作系统和应用程序放置在磁盘 1 上，将音频文件放在磁盘 2 上，将导出文件放在磁盘 3 上。对于 HD 的处理，磁盘 2 应该设置为 RAID 0 条带化磁盘阵列或者 SCSI 磁盘子系统。

## 复制教程文件

本书中使用了特殊的源文件，比如，用 Adobe Photoshop CS4 和 Adobe Illustrator CS4 创作的图像文件，以及音频文件和视频文件。要完成本书中的课程，必须把本书所附 DVD 光盘中的所有文件复制到计算机硬盘中。此外，安装 Adobe Premiere Pro CS4 软件还至少需要 12GB 的硬盘空间。

虽然每课都是相对独立的，但有些课会用到其他课中的文件，所以在学习本教程期间，必须在硬盘上完整保存所有的课程文件。下面介绍怎样把课程文件从 DVD 光盘中复制到硬盘上。

1. 在“我的电脑”或 Windows 资源管理器或者 Finder (Mac) 中打开本书所附的 DVD 光盘。
2. 右击 (Windows) 或者 Control-单击 (Mac)，如果您使用的是超级鼠标或者光笔，则也可以右击) Lessons 文件夹，选择复制命令。
3. 导航到用于存储 Adobe Premiere Pro CS4 项目的文件夹。

默认文件夹是 My Documents\Adobe\Premiere Pro\4.0 (Windows) 或 Documents/Adobe/Premiere Pro/4.0 (Mac)。

4. 右击 (Windows) 或者 Control-单击 (Mac) 文件夹 4.0，左快捷菜单中选择粘贴命令。

这样就把所有课程素材复制到本地文件夹中。复制时间的长短取决于您的计算机硬件，它可能需要几分钟时间。

## 怎样使用教程

本书中的每一课都逐步指导您为真实的项目创建一个或多个具体元素。每课都是独立的，但大多数课程是建立在前面的课程所介绍的概念和技巧之上。所以，学习本书的最好方法是按照顺序来学习。

课程是按照工作流，而不是软件功能来组织的。课程按照视频编辑人员完成项目所使用的典型顺序步骤编排组织，首先采集视频，创建一个仅有硬切换效果的视频，然后添加特效，美化音轨，最终把项目导出到 DVD、蓝光光盘或者 Flash。

Pr

**注意：**Adobe Premiere Pro CS4 的很多功能可以用多种方法控制，如菜单命令、弹出菜单和键盘快捷键。有时在一个指定的操作内，即使前面完成过该任务，本书仍然会介绍多种方法，这样便于您学习不同的工作方法。

## 其他资源

本书并不意味着可以替代软件所附的说明文档，软件的说明文档全面介绍了 Premiere Pro CS4 的每一项功能。本书仅解释其中最实用的命令和选项。要全面了解该软件功能方面的信息，请参阅以下资料。

- Adobe Premiere Pro CS4 Community Help (社区帮助)：可以通过选择 Help > Premiere Pro Help 命令查看它。Community Help 是有关命令、灵感和支持的一个联机集成环境，它包含 Adobe.com 内外专家选择的相关自定义搜索内容。Community Help 把 Adobe Help、Support、Design Center、Developer Connection 和 Forums，以及一些联机社区的内容组合到一起，使用户能够很容易地找到最佳、最新的资源。请访问其中的指南、技术支持、联机产品帮助、视频、文章、提示和技巧、博客、例子等内容。
- Adobe Premiere Pro Help (帮助) 和 Support Center (支持中心)：从中可以查找和浏览 Adobe.com 上的支持和学习内容，网址为 [www.adobe.com/support/premierepro/](http://www.adobe.com/support/premierepro/)。
- Adobe TV：从中可以找到有关 Adobe 产品的程序设计，包括专业摄影师频道，以及 How To 频道，其中包含 Premiere Pro CS4 以及 Adobe Creative Suite 4 产品线内其他产品的数百部电影。网址为 <http://tv.adobe.com/>。

此外，还可以访问以下有用的链接，了解更多内容。

- Premiere Pro CS4 产品主页：[www.adobe.com/products/premierepro/](http://www.adobe.com/products/premierepro/)。

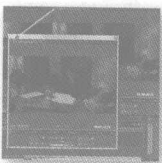

- Premiere Pro 用户论坛，有对 Adobe 每个产品的讨论，网址为 [www.adobe.com/support/forums/](http://www.adobe.com/support/forums/)。
- Premiere Pro Exchange：介绍了有关扩展、功能和代码等方面的内容，网址为 [www.adobe.com/cfusion/exchange/](http://www.adobe.com/cfusion/exchange/)。
- Premiere Pro 插件：提供了 Premiere Pro 的插件，网址为 [www.adobe.com/products/plugins/premierepro/](http://www.adobe.com/products/plugins/premierepro/)。

Pr

注意：在启动 Premiere Pro 时，如果该应用程序检测到您没有连接到 Internet，请选择 Help > Premiere Pro Help 打开随 Premiere Pro 一起安装的 Help HTML 页面。有关产品更新方面的信息，请访问联机帮助文件，或者下载最新的 PDF 参考。




# 目 录

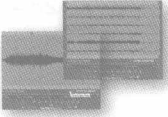

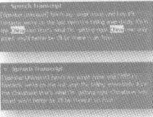

<b>第 1 课 Adobe Premiere Pro CS4 概述</b> .....	<b>0</b>
 <b>1.1 Adobe Premiere Pro CS4 简介</b> .....	<b>2</b>
<b>1.2 Adobe Premiere Pro CS4 中的新功能</b> .....	<b>2</b>
1.2.1 特效 .....	2
1.2.2 音频 .....	2
1.2.3 编辑序列 .....	3
1.2.4 管理素材 .....	3
1.2.5 项目和序列 .....	4
<b>1.3 Adobe Premiere Pro CS4 中的非线性编辑</b> .....	<b>4</b>
<b>1.4 提供标准的数字视频工作流</b> .....	<b>5</b>
<b>1.5 用高级功能增强工作流</b> .....	<b>5</b>
<b>1.6 在编辑工作流中与其他 Creative Suite 组件协同工作</b> .....	<b>6</b>
<b>1.7 Adobe Premiere Pro 工作区</b> .....	<b>8</b>
<b>1.8 定制工作区</b> .....	<b>13</b>
<b>第 2 课 ADOBE ONLOCATION CS4</b> .....	<b>18</b>
 <b>2.1 开始</b> .....	<b>20</b>
<b>2.2 配置 Adobe OnLocation</b> .....	<b>20</b>
<b>2.3 用 SureShot 校准摄像机</b> .....	<b>22</b>
2.3.1 设置画面 .....	22
2.3.2 对焦 .....	22
2.3.3 光圈 / 曝光 .....	22
2.3.4 设置白平衡 .....	22
<b>2.4 录制实况视频</b> .....	<b>23</b>
<b>2.5 把视频录制到拍摄列表</b> .....	<b>24</b>
<b>2.6 用 Adobe OnLocation 范围分析视频</b> .....	<b>25</b>
2.6.1 波形监视器 .....	25
2.6.2 矢量监视器 .....	27
<b>2.7 用 Adobe OnLocation 分析音频</b> .....	<b>28</b>

<b>第 3 课 拍摄和采集高质量视频素材</b> .....	<b>30</b>
 <b>3.1 开始</b> .....	<b>32</b>
<b>3.2 高质量视频拍摄技巧</b> .....	<b>32</b>
3.2.1 近景拍摄 .....	32
3.2.2 远景拍摄 .....	33
3.2.3 拍摄足够的视频素材 .....	33
3.2.4 坚持三分法则 .....	33
3.2.5 拍摄时保持稳定 .....	34
3.2.6 跟随动作拍摄 .....	34
3.2.7 移动拍摄 .....	34
3.2.8 寻找与众不同的拍摄角度 .....	34
3.2.9 拍摄过程的前倾或后仰变化 .....	34
3.2.10 广角和近距离拍摄 .....	34
3.2.11 拍摄匹配的动作 .....	35
3.2.12 拍摄连续镜头 .....	35
3.2.13 避免快速摇移和变焦 .....	35
3.2.14 拍摄切换镜头 .....	36
3.2.15 使用灯光 .....	36
3.2.16 采集好的同期声 .....	36
3.2.17 获得足够的自然声音 .....	37
3.2.18 制定拍摄计划 .....	37
<b>3.3 采集视频</b> .....	<b>37</b>
<b>3.4 采集整盘磁带</b> .....	<b>38</b>
<b>3.5 批量采集和场景检测</b> .....	<b>42</b>
3.5.1 剪辑命名约定 .....	42
3.5.2 场景检测 .....	45
<b>3.6 手工采集模拟信号</b> .....	<b>46</b>
<b>3.7 采集 HDV 和 HD 视频</b> .....	<b>46</b>
 <b>第 4 课 选择设置、调整选项和管理素材</b> .....	 <b>48</b>
 <b>4.1 开始</b> .....	<b>50</b>
<b>4.2 按序列选择项目设置</b> .....	<b>50</b>
<b>4.3 3 种设置</b> .....	<b>50</b>
<b>4.4 项目设置</b> .....	<b>50</b>
4.4.1 General 选项卡 .....	51
4.4.2 Scratch Disks 选项卡 .....	52

4.4.3 序列设置 .....	53
4.4.4 调整用户首选项 .....	54
4.5 导入素材 .....	56
4.6 仔细检查图像 .....	58
4.7 管理文件夹中的媒体素材 .....	62
4.8 研究文件夹的其他功能 .....	65
4.8.1 一次打开多个文件夹 .....	65
4.8.2 查找素材 .....	65
4.9 用 Media Browser 查找素材 .....	66
<b>第 5 课 导入无磁带媒体 .....</b>	<b>68</b>
 5.1 开始 .....	70
5.2 使用无磁带工作流 .....	70
5.2.1 Panasonic P2 .....	70
5.2.2 Sony XDCAM .....	71
5.2.3 AVCHD .....	71
5.3 使用 Media Browser .....	72
5.4 导入 P2 和 XDCAM 媒体 .....	72
5.4.1 P2 文件夹结构 .....	73
5.4.2 XDCAM 和 AVCHD 媒体 .....	77
5.5 混合媒体格式 .....	77
<b>第 6 课 创建仅有硬切的视频 .....</b>	<b>80</b>
 6.1 开始 .....	82
6.2 用 Story board 创建粗切效果 .....	82
6.2.1 组织故事板 .....	84
6.2.2 Storyboard 自动转换为序列 .....	85
6.3 在 Timeline 上编辑剪辑 .....	86
6.3.1 剪切剪辑 .....	87
6.3.2 用 Ripple Delete 消除间隙 .....	89
6.3.3 Ripple Edit Tool .....	90
6.4 在 Timeline 上移入、移出和移动剪辑 .....	91
6.5 Source Monitor 编辑工具 .....	96
6.6 在 Trim 面板中调整剪辑 .....	99
6.7 其他编辑工具 .....	101

<b>第 7 课 添加视频切换特效</b> .....	<b>104</b>
 7.1 开始 .....	106
7.2 谨慎地使用切换特效 .....	106
7.2.1 加入奇想 .....	106
7.2.2 提高视觉兴趣 .....	107
7.3 尝试一些切换特效 .....	107
7.4 在 Effect Controls 面板内改变参数 .....	112
7.5 使用 A/B 模式细调切换特效 .....	114
7.5.1 使用 Effect Controls 面板的 A/B 功能 .....	114
7.5.2 头尾帧不足 (或缺少) 情况的处理 .....	116
7.6 同时向多段剪辑应用切换特效 .....	117
7.7 音频切换 .....	118
 <b>第 8 课 创建动态字幕</b> .....	<b>120</b>
 8.1 开始 .....	122
8.2 用字幕增强项目 .....	122
8.3 改变字幕参数 .....	122
8.4 从零开始创建字幕 .....	127
8.5 将字幕放置到路径上 .....	130
8.6 创建形状 .....	132
8.7 创建滚动字幕和游动字幕 .....	136
8.8 添加文字特效: 光泽、描边、阴影和填充 .....	138
 <b>第 9 课 应用专用编辑工具</b> .....	<b>144</b>
 9.1 开始 .....	146
9.2 节省时间的编辑工具 .....	146
9.2.1 Rolling、Slip 和 Slide 编辑 .....	148
9.2.2 使用 Program Monitor 的 Lift 和 Extract 按钮 .....	150
9.3 替换剪辑和替换素材 .....	152
9.3.1 Replace Clip 功能 .....	152
9.3.2 Replace Footage 功能 .....	153
9.4 Sync Lock 和 Lock Track .....	154
9.4.1 Sync Lock .....	154
9.4.2 Lock Track .....	155
9.5 编辑剪辑周围的入点和出点 .....	156
9.6 从 Source Monitor 创建子剪辑 .....	158

9.7 多摄像机编辑 .....	158
9.7.1 创建最初的多摄像机序列 .....	158
9.7.2 多摄像机切换 .....	161
9.7.3 完成多摄像机编辑 .....	164
9.7.4 在 Timeline 上修改剪辑 .....	164
9.7.5 多摄像机提示 .....	164
<b>第 10 课 添加视频特效 .....</b>	<b>166</b>
 10.1 开始 .....	168
10.2 一些基本的视频特效例子 .....	168
10.3 向多个剪辑应用特效 .....	173
10.4 应用关键帧特效 .....	173
10.5 添加关键帧插值和速度 .....	178
10.6 添加灯光效果 .....	182
10.7 创建自定预设 .....	184
<b>第 11 课 使剪辑动起来 .....</b>	<b>188</b>
 11.1 开始 .....	190
11.2 在剪辑中应用 Motion 特效 .....	190
11.3 改变剪辑尺寸、添加旋转 .....	195
11.4 使用关键帧插值 .....	198
11.5 创建画中画 .....	199
11.6 用投影和斜面边缘增强运动效果 .....	201
11.7 其他运动特效 : Transform 和 Basic 3D .....	204
<b>第 12 课 改变时间 .....</b>	<b>208</b>
 12.1 开始 .....	210
12.2 慢动作与反向动作 .....	210
12.2.1 加速剪辑 .....	211
12.2.2 用 Rate Stretch 工具改变速度 .....	212
12.3 用 Time Remapping 设置可变时间变化 .....	212
12.4 具有速度过渡的 Time Remapping .....	214
12.5 Time Remapping 与反向动作 .....	215
12.6 改变时间对 Timeline 下游产生的影响 .....	216
12.7 同时改变多个剪辑的速度 .....	217
12.8 同时改变多个静态图像的长度 .....	217

<b>第 13 课 获取和编辑音频</b> .....	<b>220</b>
 13.1 开始 .....	222
13.2 建立一个基本的录音区 .....	222
13.3 专业解说 .....	223
13.4 在 Adobe Premiere Pro 内创建高品质的听觉体验 .....	223
13.5 检查音频特征 .....	224
13.6 调整音量 .....	230
13.7 调整音频增益 .....	235
13.8 添加 J 切换和 L 切换 .....	236
<b>第 14 课 美化与混合音频</b> .....	<b>240</b>
 14.1 开始 .....	242
14.2 使用音频特效美化声音 .....	242
14.3 试用立体声和 5.1 环绕声效果 .....	246
14.3.1 另一个 VST 插件 .....	247
14.3.2 用剪辑特效列表编辑关键帧 .....	248
14.4 使用调音台 .....	249
14.5 将音轨输出到分组混音 .....	254
14.6 录制配音 .....	255
14.7 创建 5.1 环绕声混音 .....	256
14.8 在 Soundbooth 内校正、美化和创建音轨 .....	258
14.8.1 清理杂音 .....	258
14.8.2 在 Soundbooth 内添加音频特效 .....	261
14.8.3 在 Soundbooth 内使用多轨和 Dynamic Link .....	262
<b>第 15 课 音频转录脚本</b> .....	<b>266</b>
 15.1 开始 .....	268
15.2 把音频转录为文本 .....	268
15.3 在转录脚本内搜索关键字 .....	271
15.4 修改元数据 .....	272
<b>第 16 课 合成技术</b> .....	<b>274</b>
 16.1 开始 .....	276
16.2 创建项目中的合成部分 .....	276
16.3 使用 Opacity 特效 .....	277
16.4 基于混合模式组合图层 .....	279
16.5 使用 Alpha 通道透明度 .....	280

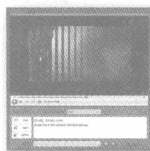
16.6 色彩抠像绿屏画面 .....	282
16.7 使用蒙版抠像 .....	284
16.7.1 使用图形或其他剪辑作蒙版 .....	286
16.7.2 用 Track Matte Key .....	287
16.7.3 创建活动蒙版 .....	287

## 第 17 课 颜色、嵌套序列和快捷键 .....



17.1 开始 .....	292
17.2 颜色特效概述 .....	292
17.2.1 着色特效 .....	292
17.2.2 颜色的删除或替换 .....	293
17.2.3 色彩校正 .....	293
17.2.4 技术性的颜色特效 .....	294
17.3 调整和增强颜色 .....	294
17.3.1 Leave Color 特效 .....	294
17.3.2 Change To Color 特效 .....	295
17.3.3 颜色校正 .....	295
17.3.4 Color Balance (RGB) 特效 .....	296
17.3.5 Auto Color 特效 .....	296
17.3.6 Fast Color Corrector 特效 .....	297
17.4 嵌套序列 .....	299
17.4.1 嵌套序列的多种用途 .....	299
17.4.2 在报纸中嵌入视频 .....	299
17.5 嵌套剪辑 .....	301
17.6 推荐使用的键盘快捷键 .....	302
17.6.1 修改快捷键 .....	303
17.6.2 最常用的快捷键 .....	304

## 第 18 课 项目管理 .....



18.1 开始 .....	310
18.2 Project 菜单浏览 .....	310
18.3 Project Manager .....	314
18.3.1 裁剪项目 .....	315
18.3.2 把文件和拷贝收集到新位置 .....	315
18.3.3 最终的项目管理步骤 .....	315
18.4 管理剪辑注释 .....	316
18.4.1 查看 Clip Notes PDF 文件 .....	318

	18.4.2 在 Adobe Premiere Pro 中查看 Clip Notes 评论 .....	319
	18.5 导入项目或序列 .....	321
<b>第 19 课</b>	<b>用 PHOTOSHOP 和 AFTER EFFECTS 增强视频项目 .....</b>	<b>324</b>
	19.1 开始 .....	326
	19.2 Creative Suite 4 Production Premium .....	326
	19.3 把 Photoshop 文件导入为序列 .....	327
	19.4 与 After Effects 的动态链接 .....	331
	19.4.1 After Effects 功能概述 .....	332
	19.4.2 After Effects 工作区 .....	332
	19.4.3 对 lower third 做动画处理 .....	334
	19.4.4 用 Dynamic Link 把项目从 After Effects 导入到 Adobe Premiere Pro .....	337
	19.4.5 编辑现有动态链接动画 .....	338
	19.5 用 After Effects 合成图像替换剪辑 .....	339
<b>第 20 课</b>	<b>导出帧、剪辑和序列 .....</b>	<b>342</b>
	20.1 开始 .....	344
	20.2 导出选项概述 .....	344
	20.3 录制到磁带 .....	346
	20.4 使用 Adobe Media Encoder .....	348
	20.4.1 制作单帧 .....	348
	20.4.2 导出可编辑的电影和音频文件 .....	349
	20.4.3 导出 Web 应用 .....	350
	20.4.4 Windows Media ( 只适用于 PC ) .....	351
	20.4.5 MPEG 编码 .....	351
	20.5 导出到移动设备 .....	353
	20.6 使用编辑决策列表 .....	355
<b>第 21 课</b>	<b>用 Adobe Encore CS4 创建 DVD .....</b>	<b>358</b>
	21.1 开始 .....	360
	21.2 Adobe Premiere Pro 中 DVD 创作概述 .....	360
	21.3 在 Timeline 上添加 Encore 章节标记 .....	361
	21.4 创建自动播放 DVD .....	362
	21.5 创建菜单 DVD .....	366
	21.6 创建蓝光 DVD .....	369
	21.7 把 DVD 项目输出到 Flash .....	370



