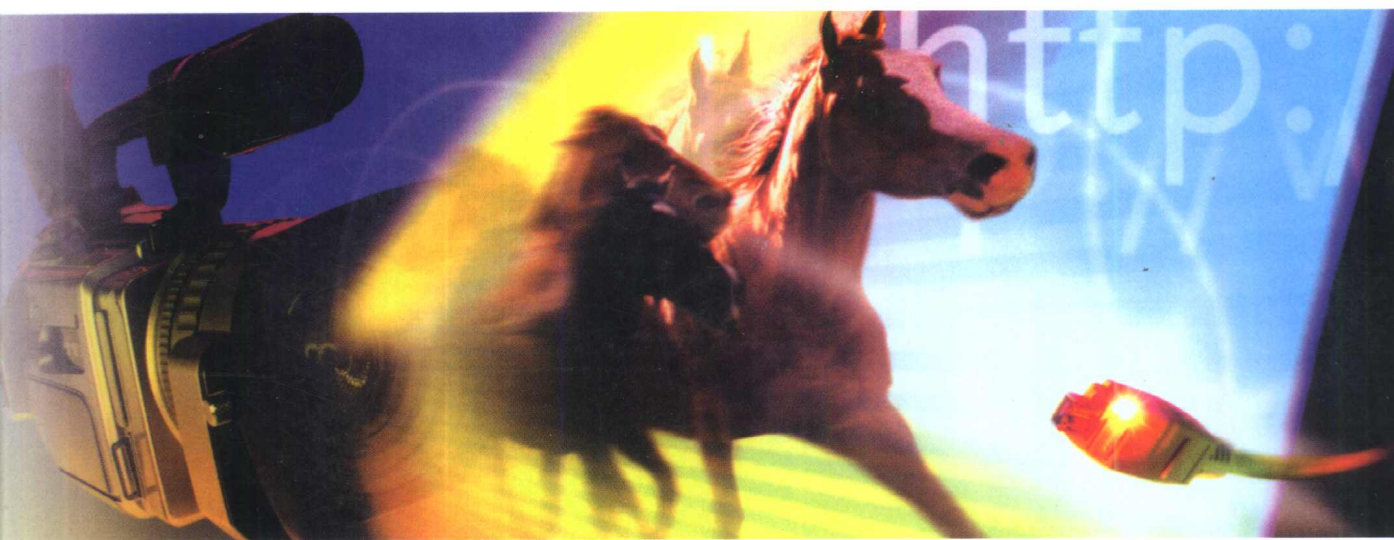


Adobe 公司独家授权

附赠光盘

Adobe® Premiere 6.0® 标准教程



CLASSROOM IN A BOOK®

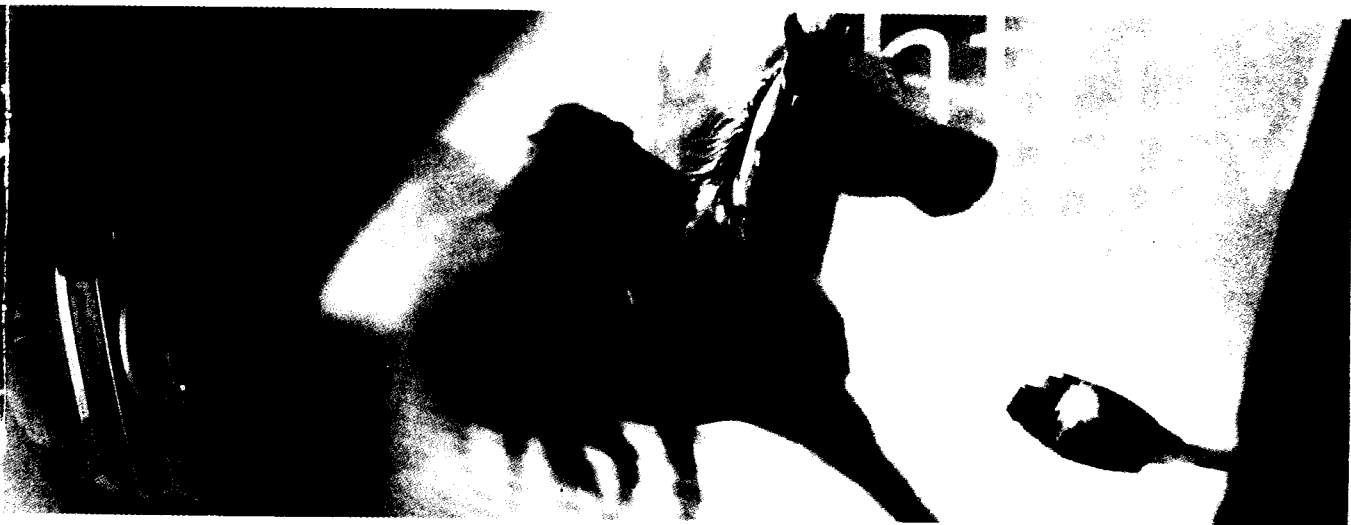
[美] Adobe 公司 著
尹庆栋 等译



中国电力出版社
www.infopower.com.cn

193
Adobe®

Premiere 6.0® 标准教程



**CLASSROOM
IN A
BOOK®**

[美] Adobe 公司 著
尹庆栋 等译

中国电力出版社

内 容 提 要

本书是全球最畅销的系列软件教程之一。它可帮助读者快速、简单地学习 Adobe Premiere 软件。本书共分 12 课,既包含了 Adobe Premiere 的基础内容,也包含了大量技术细节和技巧,是读者掌握 Adobe Premiere 的必备参考书。

本书适合各个层次的读者阅读使用,也可作为相关人员的培训教材使用。

图书在版编目 (CIP) 数据

Adobe Premiere6.0 标准教程/美国 Adobe 公司编著;
尹庆栋 译. —北京:中国电力出版社, 2002.5
ISBN 7-5083-1065-41

I .A... II.①美...②尹... III.图形软件, Premiere6.0—
教材 IV.TP391.41

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 030530 号

北京版权局著作权登记号 图字 01-2002-2000

Authorized translation from the English language edition, entitled Adobe Premiere 6.0
CLASSROOM IN A BOOK, published by Peachpit Copyright©2000.

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©2001.

中国电力出版社出版、发行

(北京三里河路 6 号 100044 <http://www.infopower.com.cn>)

汇鑫印务有限公司印刷

各地新华书店经售

*

2002 年 6 月第一版 2002 年 6 月北京第一次印刷
787 毫米×1092 毫米 16 开本 20.5 印张 460 千字
定价 35.00 元

版 权 所 有 翻 印 必 究

(本书如有印装质量问题, 我社发行部负责退换)

引 言

随着 DV 的运用，Web 的发展，视频展现给 Macintosh 和 Windows 用户的是一个真实的世界。利用 Adobe Premiere 6.0 软件，用户可以轻而易举地捕捉数字视频（DV），并运用最好的工具来精心制作自己的视频产品，然后输出成 Web 流格式或者其他的多媒体类型。不管你是一个视频专家还是一个业余爱好者，相信都会对 Adobe Premiere 软件的通用性、易用性和它强大的功能感到满意。

关于 Classroom in a Book

Adobe Premiere 6.0 Classroom in a Book 是 Adobe 公司培训 Adobe 制图法和软件发行的官方培训系列丛书中的一本。本书适合各类学习者，如果你是 Adobe Premiere 的新用户，那么会了解到需要掌握的这一程序的基本原理和功能。如果你一直在运用 Adobe Premiere 软件，那么会发现 Adobe Premiere 6.0 Classroom in a Book 将教给你许多高级功能，包括使用 Adobe Premiere 最新视频的一些技术和技巧。

尽管每一课为创建具体的项目提供了详细的说明，但是用户仍然有探索和实践的自由空间。用户可以按照这本书从头至尾地学习，也可以根据自己的兴趣和需要学习个别课程。

先决条件

在开始学习 Adobe Premiere 6.0 Classroom in a Book 之前，用户应该掌握一定的计算机工作原理和操作系统的知识，知道怎样使用鼠标和命令，怎样打开菜单，保存和关闭文件。如果用户需要回顾一下这些技术，请参阅包括 Windows 或者 Macintosh 操作系统的相关书籍或联机文档。具有一定的 Adobe Premiere、Adobe Illustrator、Adobe Photoshop 和 Adobe After Effects 等软件的经验会对学习本书有所帮助，但它不是必要条件。

安装 Adobe Premiere

在用户开始使用 Adobe Premiere 6.0 Classroom in a Book 之前，确保系统的设置正确并已经安装好了所需的软件和硬件。用户必须单独购置 Adobe Premiere 6.0 软件程序。对于系统需求和关于安装软件的完整说明，可以参阅 Adobe Premiere 6.0 Application 光盘上的 InstallReadMe 文件。

用户必须根据屏幕提示把 Adobe Premiere 6.0 Application 光盘上的应用软件安装到硬

盘上，而不能在 CD-ROM 上直接运行该程序。在安装应用软件之前必须确保有可使用的 Premiere 软件的序列号，用户可以在软件注册卡、CD 的封套或者 CD 盒的背面找到序列号。

注意 从 Application CD 上安装了 Adobe Premiere 6.0 之后，用户必须从 Adobe 网站上下载和安装最近的更新信息。请访问 [www.adobe.com / support / downloads / main.html](http://www.adobe.com/support/downloads/main.html) 网站，选择 Premiere 的相关部分来查找并安装以便更新操作系统。

安装 QuickTime

不管是 Windows 用户还是 Mac OS 用户，用 Adobe Premiere 制作的 QuickTime 格式的电影都需要用 QuickTime 4.0 来播放。另外，还需要音频支持：

- Windows 系统，需要安装一个声卡和扬声器；
- Mac OS 系统，它安装有内置的声音播放硬件，但是声音的质量不是很好。要取得最好的音频质量，可以在系统上连接外部的扬声设备。

如果用户的系统上没有安装 QuickTime4.0，可以在 Adobe Premiere 的应用光盘中找到该软件的安装程序进行安装。安装方法可以参阅 Adobe Premiere 6.0 用户指南部分的内容。

启动 Adobe Premiere

当该软件安装完毕后就可以启动 Premiere 了。

1. 运行该程序的步骤取决于操作系统：

- Windows 系统，选择 Start>Program>Adobe>Premiere6.0>Adobe Premiere 6.0 命令。
- Mac OS 系统，打开 Adobe Premiere 文件夹，双击 Adobe Premiere 图标（如果程序安装在另外的文件夹下，打开那个文件夹）。

在 Premiere 中，如果用户是第一次启动该程序或者已经删除了一些参数（在本书以后的内容中将会介绍），将会出现一个工作区域选择框，本书中每课都是在 Single-Track 编辑模式下进行教学的。单击 Single-Track Editing Mode 按钮来选择这种模式，在以后的内容中，用户将会对这种模式和在 Adobe Premiere 6.0 中用到其他编辑模式的工作区域进行学习。

2. 在 Load Project Settings 对话框中，选择 Multimedia 或者 Multimedia Quicktime（取决于不同的系统），单击 OK 按钮。

注意 在本书以后的内容中，用户都要使用 Quick Time 的预置程序来工作，或者基于素材的不同来源来设置和使用不同的模式。对于用户自身的工作来说，应该使用捕捉卡软件包含的程序或 Premiere 中包含的程序。



自定义 Adobe Premiere 6.0 是非常容易的，当用户在自己的项目上工作时，如果找不到匹配视频的安装程序，可以选择一个最接近匹配编辑平台的程序，然后单击 Custom 按钮，确定项目设置后，单击 Save 按钮，在 Save Project Settings

对话框中，按需要键入名称和描述，单击 OK 按钮。这个新的设置将作为一个程序文件保存起来，并在 Load Project Settings 对话框中的可用设置列表中显示。要得到更多的相关信息可以参阅《Adobe Premiere 6.0 用户指南》第一章“指定设置”。

3. 单击 OK 按钮后，打开 Adobe Premiere 应用程序窗口，这时用户可以看到 Single-Track Editing 模式的工作区域，它有三个主要的窗口（Project 窗口、Monitor 窗口和 Timeline 窗口）和系统默认的控制面板。如果需要，用户可以选择 Windows > workspace > Single-Track Editing 命令，重新排列窗口和控制面板以便使它们不重叠，工作区域中的组成部件就会被自动地调整。

4. 选择 Edit > Preferences > General and Still Image 命令，在弹出的对话框中选择 Open Movies in Clip Window 选项（如果它没有被选中的话）。

安装 classroom in a Book 字体

为了确保书中的实例文件在用户的系统中以正确的字体出现，需要安装 Classroom in a Book 的字体文件。每课的字体都在本书配套光盘的 Fonts 文件夹中，如果系统中已经有了这些字体，就不需要安装它们了。如果有 ATM®（Adobe Type Manger），可以参阅它里面对于字体安装的描述；如果没有 ATM，可以在本书光盘中安装，假若这样的话，ATM 会自动安装所需的字体。



用户也可以通过把光盘中 Fonts 文件夹中的所有文件拷贝到 Program Files/Common File/Adobe/Fonts（Windows 环境）或 System Folder/Application Support/Adobe/Fonts（Mac OS 环境）文件夹中来安装 Adobe Premiere 6.0 Classroom in a Book 字体。如果把 Type I、TrueType、OpenType 或者 CID 等字体安装到这些文件夹中，那么这些字体只在 Adobe 公司的软件中出现。

拷贝 Classroom in a Book 文件

在本书的光盘中包含有每课的电子文件，每一课都有自己的文件夹，为了方便每课的学习，用户最好把它们都拷贝到硬盘上。为了节省硬盘空间，用户可以只拷贝所需课的文件夹，并且在做完之后再把它们删除。

安装 Classroom in a Book 文件的步骤

1. 把本书光盘插入到光驱中。
2. 在硬盘上新建一个文件夹，命名为 Pr60_CIB。
3. 把所需课的文件拷贝到硬盘中：
 - 要拷贝全部的文件，从光盘中拖拽所有课的文件夹到 Pr60_CIB 文件夹中。

- 要拷贝某一课的文件，从光盘中单独拖拽该课文件夹到 Pr60_CIB 文件夹中。

注意 如果是把这些文件安装到 Windows 系统中，用户在使用它们之前需要解锁，如果是安装到 Mac OS 系统中，那么在使用它们之前不用解锁。

4. 在 Windows 中把这些拷贝的文件解压缩：

- 如果用户拷贝了全部文件，双击 Pr60_CIB/Lessons 文件夹中的 unlock.bat 文件。
- 如果用户只拷贝了一课的文件，把 unlock.bat 文件从光盘中 Lessons 文件夹拖拽到 Pr60_CIB 文件夹中，然后在 Pr60_CIB 文件夹中双击该文件。

注意 当用户学习完所有的课程后，会修改这些初始文件，要恢复这些原来的文件，需要重新把相应课的文件从光盘中拷贝到硬盘中的 Pr60_CIB 文件夹中。

恢复默认参数

Adobe Premiere 6.0 提供了默认或者厂家事先调整好的设置，像很多软件程序一样，Premiere 6.0 也提供了一个参数文件用来保存用户最近的应用程序设置，本书的每一课都提示用户是否需要设置参数或者删除参数，从而把 Premiere 的选项恢复到默认或者厂家预定的设置状态。也可以在自己的项目中找到恢复默认参数时需要的提示。

注意 删除这个参数文件也可以重新设置窗口和面板位置。

快速定位和删除 Premiere 参数文件：

1. 依不同操作系统选择其一：

- Windows 系统，Start>Find>File or Folders 命令，搜索 prem60.prf 文件，搜索完毕选择 Option>Save Result，然后选择 File> Save Search 命令。
- Mac OS 系统，为参数文件夹创建一个别名，查找并选择 Preferences 文件夹，它可以在 System 文件夹中找到。在标题栏中选择 File>Make Alias，或者按下 Command 键加字母“m”，一个被称为 Premiere alias 的文件将在 System 文件夹中出现。把该文件移到桌面上，或者其他适当的位置（例如系统文件夹下的 Apple Menu Items 文件夹，从而可以把它作为标题栏中 Apple 图标下的菜单中的一项条款来访问）。双击这个别名（或者在 Apple 图标下选择它）将会打开 Preferences 文件夹，从而使用户能够快速访问 Adobe Premiere 6.0 的参考文件。

2. 当用户想要打开参数文件夹时，双击保存的搜索文件（Windows）或别名（Mac OS）即可。

如何恢复 Premiere 的默认参数

1. 如果正在运行 Premiere，那么退出该程序。
2. 依不同操作系统选择其一：
 - Windows 系统，在包含 Premiere 6.0 软件程序的文件夹中删除 Prem60.prf 文件。

- Mac OS 系统，在系统文件夹中的 **Premieres** 文件夹中找到并删除 **Adobe Premiere 6.0 Prefs** 文件。

保存 Premiere 当前参数

1. 退出 Adobe Premiere。
2. 依不同操作系统选择其一：
 - Windows 系统，在包含 Premiere 6.0 软件程序的文件夹中选择 **Prem60.prf** 文件。
 - Mac OS 系统，在系统文件夹中的 **Preferences** 文件夹中找到并选择 **Adobe Premiere 6.0 Prefs** 文件。

注意 Adobe Premiere 6.0 Settings 文件的默认位置依不同的操作系统而不同，用户可以用系统的查找命令来查找这个文件夹。

3. 把参数文件拖到桌面上或者在工作时能够快速找到它的文件夹。

完成每课以后如何恢复保存的设置

1. 退出 Premiere。
2. 把 Preferences 文件从桌面上拖回 **Adobe Premiere 6.0 Settings** 文件夹中。
3. 在出现的警告对话框中，确定想要替换的文件的版本。

附加资源

本书（**Adobe Premiere 6.0 Classroom in a Book**）中没有替换 Premiere 6.0 程序的文件，只对书中每课中用到的一些命令和选项做了解释，关于程序功能的全部信息可以参照以下资料：

- **Adobe Premiere 6.0 用户指南**，在 Adobe Premiere 6.0 软件中。它对该软件的所有功能做了全面描述。
- **Online Help**，用户指南的一种在线版式，可以通过在 Premiere 的标题栏中选择 **Help > contents (windows)** 或者 **Help > Help Contents (Mac OS)** 命令进入。
- **Adobe 公司的网站** (www.adobe.com)，如果用户已经连接了互联网，那么可以通过选择 **Help > Adobe Online** 命令来浏览该网站。
- **Adobe Premiere Technical Guides**，它也可以在 Adobe 网站的软件支持区域中找到 (www.adobe.com/support/techdocs/topissuespre.htm)。如果用户要进一步提高自己的技能，可以从中找到一些有用的附加信息。

Adobe 认证

Adobe 培训和认证项目是为了帮助 Adobe 公司的客户提高和改善他们对 Adobe 产品的熟练技能而设立的。Adobe Certified Expert (ACE) 程序的设计是用来承认专家级用户的高

水平技能的。Adobe software Training Providers (ACTP) 只是 Adobe 认证的专家用来教授 Adobe 软件培训班的。经过对 ACTP 班级和网上的调查，证明 ACE 程序是掌握 Adobe 产品使用方法的最好途径。相关的 Adobe Certified Training Programs 信息，可以查看 <http://partners.adobe.com> 网站。

目 录

引 言

漫游 Adobe Premiere	1
开始漫游	2
新建一个项目开始漫游	3
创建粗略剪切	4
在 Monitor 窗口中进行预览	6
剪裁片段	7
添加音频	9
在 Timeline 窗口中剪裁片段	10
添加过渡	12
预览过渡和其他效果	13
分割片段	15
改变片段的速度	15
改变片段的不透明度	17
为视频片段添加特殊效果	18
叠加图像	20
用关键帧动画片段	22
输出电影	24
第一课 认识工作区域	27
启动 Adobe Premiere 程序	28
设置工作区域	28
使用 Project 窗口	33
使用 Timeline 窗口	37
使用 Monitor 窗口	43
特定时间浏览	46
使用面板	47
了解快捷键	52
复习题	53
答 案	53

第二课 数字视频编辑	55
使用 Adobe Premiere 进行视频制作	56
视频时间	56
测量帧大小和分辨率	61
了解视频数据压缩	64
捕捉视频	68
了解透明度和叠加	75
在视频中使用音频	76
创建最终视频	78
复习题	78
答 案	79
第三课 基础编辑	81
开 篇	82
浏览最终电影	82
输入片段	82
添加片段到 Timeline 窗口中	83
创建故事板和使用 Automate-to-Timeline 命令	84
预览粗略剪辑	86
选择 Bin 中的片段和使用 Automate-to-Timeline 命令	87
添加到 Timeline 窗口后的片段裁剪	88
使用 Source 窗口预裁剪片段	91
在 Timeline 窗口中调整片段	94
输出电影	98
自由探索	98
复习题	99
答 案	99
第四课 添加过渡	101
恢复默认参数	102
开 篇	102
浏览最终电影和参考项目文件	103
导入项目片段	103
关于过渡	103
Transitions 面板	104
插入过渡	107
预览过渡	109

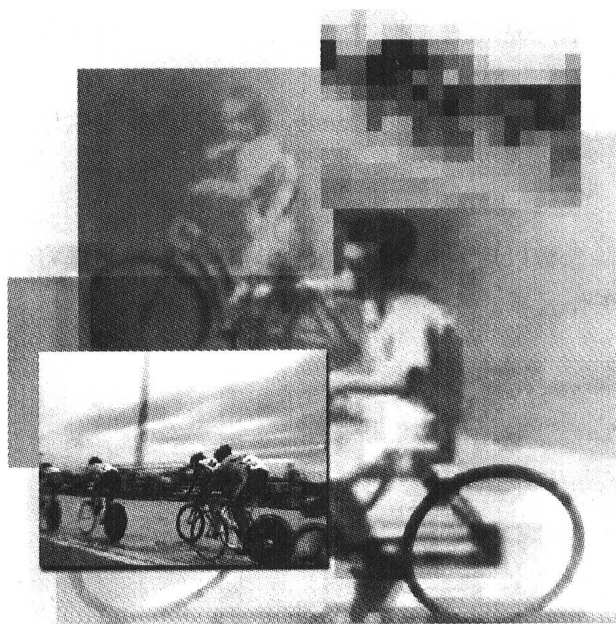
预先剪裁片段和添加过渡	111
使用 Transitions 面板添加过渡	113
改变过渡	114
添加多个过渡	117
输出电影	124
自由探索	125
复习题	125
答 案	126
第五课 添加音频	127
恢复默认参数	128
开 篇	128
浏览最终电影	128
输入和组织片段	129
创建 L-cut	130
对同步片段应用标记	133
覆盖没有声音的视频	137
添加音频片段	139
初步了解音频工作区域	142
在 Timeline 窗口中调整音频级	144
自动混合操作	149
输出电影	152
自由探索	153
复习题	153
答 案	153
第六课 补充编辑技术	155
开 篇	156
浏览最终电影	156
浏览该组合项目	156
深入了解三点编辑和四点编辑	157
使用 Toggle Shift Tracks 选项	161
连接片段与解连接片段	161
使用涟漪式删除命令来闭合片段之间的间隙	167
输出电影	168
自由探索	169
复习题	170

答 案	170
第七课 高级编辑技术	171
开 篇	172
浏览最终电影	172
预览组合项目	173
了解填补和移走功能	173
使用填补按钮删除画面	174
使用移走按钮删除画面	176
粘贴间隙	177
细微调整编辑	179
深入了解剪裁窗口	185
改变片段的速率	189
输出电影	190
自由探索	190
复习题	191
答 案	191
第八课 创建标题	193
恢复默认的参数	194
开 篇	194
打开现存的项目文件	194
浏览最终电影	195
关于标题	195
Title 窗口	195
创建简单标题	197
添加多个文本	203
在 Title 窗口中创建图形图像	204
使用椭圆工具	209
滚屏标题和蠕动标题	210
预览滚屏标题和蠕动标题	213
在 Premiere 项目中使用标题	214
在 Timeline 窗口中添加标题	215
输出电影	220
自由探索	221
复习题	221
答 案	222

第九课 叠 加	223
开 篇	224
浏览最终电影	224
叠 加	225
创建分割屏幕	225
应用 Blue Screen 透明键	227
应用色彩浓度键	229
添加不带有透明度的片段	230
应用轨道蒙版透明键类型	231
淡入淡出片段	239
输出电影	242
自由探索	243
复习题	243
答 案	243
第十课 添加运动	245
恢复默认参数	246
开 篇	246
打开现存项目文件	246
浏览最终电影	247
在 Premiere 中创建动画	247
创建移动遮罩	257
输出电影	260
自由探索	261
复习题	261
答 案	262
第十一课 应用视频效果和音频效果	263
恢复默认参数	264
开 篇	264
打开现存项目文件	264
浏览最终电影	264
为什么要应用效果	265
初步了解效果工作区域	265
施加效果	267
以恰当的顺序施加效果	268
拷贝效果, 关键帧以及设置	271

随时间改变效果	272
应用 Image Pan 和 ZigZag 效果	278
添加标志语	281
在图像的指定区域施加效果	282
应用音频效果	286
输出电影	287
自由探索	288
复习题	288
答 案	288
第十二课 复制片段和虚拟片段	289
恢复系统默认参数	290
开 篇	290
打开现存的项目文件	290
浏览最终电影	291
了解复制片段	291
创建复制片段	292
了解虚拟片段	294
创建虚拟片段	295
嵌套虚拟片段	298
合成最终的视频节目	303
编辑虚拟片段	309
编译虚拟片段	311
输出电影	311
自由探索	312
复习题	313
答 案	313

漫游 Adobe Premiere



本部分将帮助用户在了解 Adobe Premiere 基本概念和功能的基础上对其进行实际操作，用户将会学到创建一个视频片段的典型序列步骤，包括基本的编辑技术、添加过渡、动作和透明度，完成本部分大约需要一个小时的时间。

在本部分的学习过程中，用户将会为一个虚拟的自行车公司来创建一段电视宣传节目，配套光盘中提供了用到的视频和音频片段，这些片段已经被数字化成了 QuickTime 文件。如果用户在上一部分已经生成了这个项目，可以从原始的视频录像带中捕捉片段，并且用 Premiere 将它们数字化处理。

开始漫游

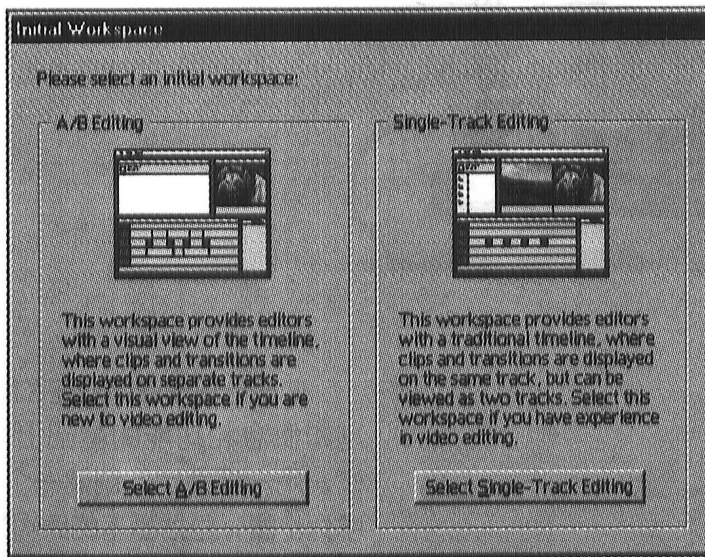
准备工作：用户需要运行 Adobe Premiere 6.0，设置一个工作区域，创建一个新项目，然后导入视频片段。

1. 确定知道本课所用文件在本书配套光盘中的位置，把 Tour 文件夹拷贝到硬盘上。需要帮助请参阅“拷贝 Classroom in a Book 文件”部分的内容。

2. 为了确保 Premiere 的参数设置为默认设置，请退出 Premiere，并删除“恢复默认参数”部分中介绍的参数文件。

3. 启动 Premiere 6.0 程序。

当用户第一次启动 Premiere 时或者删除参数以后，Select Initial Workspace 对话框将会出现，如下图所示，以便可以选择最初的工作区域。



4. 在本课的学习中，单击 **Single-Track Editing** 按钮，来选择该工作区域模式。

5. 这时会出现 **Load Project Settings** 对话框，单击 **Cancel** 按钮，本课对于第一步不需要任何设置。在本课最后，当用户看到生成的电影最终版本时，会重新回到该对话框。

6. 选择 **File > Open** 命令，并双击由光盘复制到硬盘 **Tour** 文件夹中的 **zfinal.mov** 文件，现在 **Zfinal.mov** 文件将在自己的片段窗口中出现。