配套资源 · 试学包

试学任务单：30 秒片段

二选一，3 小时走完流程

打印或手机查看

本节目录

你选一个任务

准备清单

任务 A 步骤

任务 B 步骤

提交什么

记录表

三个提醒

> 给自己 3 小时，做完下面二选一。不需要做到完美，重点是走完流程。

你选一个任务

任务 A：分镜与首帧

把这段 brief 变成 8 格分镜，并出 3 张首帧：

> 便携咖啡机上新，30 秒竖屏，投抖音，主打“户外也能喝现磨”，预算有限。

任务 B：数字人口播

做一条 30 秒产品口播，不露脸，含字幕：

> 用 80–100 字介绍一款你熟悉的产品，要求口播自然、口型对得上。

准备清单

- [ ] 一个能生成图片/视频的工具（免费额度即可）
- [ ] 一个剪辑工具（剪映/CapCut 均可）
- [ ] 一个文件夹：素材 / 输出 / 记录
- [ ] 计时器（记录每步耗时）

任务 A 步骤

1. 回答四问：给谁看、在哪看、看完做什么、什么时候要（10 分钟）；
2. 写一句可拍的话（10 分钟）；
3. 填 8 格分镜表（25 分钟）；
4. 出 3 张不同方向的首帧（40 分钟）；
5. 用检查表对比三张，写下差异（15 分钟）。

任务 B 步骤

1. 写 80–100 字口语稿，切成 4 段（20 分钟）；
2. 生成配音，调语速与停顿（25 分钟）；
3. 选形象，固定服装与背景（20 分钟）；
4. 分段驱动，逐段校口型（60 分钟）；
5. 加字幕与轻音乐，导出竖屏（35 分钟）。

提交什么

- 任务 A：分镜表 + 3 张首帧 + 一段 100 字的选型说明；
- 任务 B：30 秒视频 + 口播稿 + 一条“哪里最难”的记录。

记录表

步骤	计划用时	实际用时	卡点

三个提醒

1. 卡住超过 30 分钟，先跳过，最后统一记录；
2. 不要为了好看反复抽卡，先保证流程走完；
3. 提交前用评分表自评一次。

AI 学习系列课 · 配套资源 · 试学包 · 内容为原创整理，参考公开资料与官方文档。