



日照职业技术学院
RIZHAO POLYTECHNIC

《短视频剪辑与制作》教案

商学系

王翠平



拍摄时光倒流效果

一、教学目标

（一）知识目标

- 学生能够理解拍摄“时光倒流”特效短视频所依托的视觉原理，包括倒放效果、动作与场景的逆向逻辑、光影变化规律等知识。
- 熟知手机或相机拍摄功能中与实现时光倒流效果相关的关键设置，如帧率、拍摄模式（慢动作、延时摄影）的合理运用，以及后期剪辑软件中对素材顺序、速度的操控要点。
- 掌握营造时光倒流氛围所需的场景布置、道具搭配基本知识，明白如何通过环境营造增强视觉冲击力，让观众直观感受到时光逆转的奇幻感。

（二）技能目标

- 学生能够熟练操作拍摄设备，依据“时光倒流”创意，精准调整参数，布置具有时代特征或特定情境的拍摄场景，如复古风格的房间、四季更替的户外景观，熟练运用不同拍摄手法捕捉正向动作素材。
- 学会利用后期剪辑软件，对拍摄素材进行倒放处理、速度调整、片段剪辑与拼接，精准控制节奏，使视频流畅呈现时光倒流效果，同时添加适当特效（如光影特效、复古滤镜）强化氛围。
- 具备根据创意需求反复调试作品的 ability，通过不断尝试不同拍摄角度、后期处理方式，优化时光倒流特效，提升作品的趣味性与观赏性。

（三）素质目标

- 培养学生的观察力与想象力，使其能从日常生活与影视作品中汲取灵感，将时光倒流这一抽象概念具象化为生动画面，提升艺术

感知与创意构思能力。

- 通过小组协作完成拍摄与后期制作，锻炼学生沟通交流、分工协作、解决问题的能力，培养团队精神与集体荣誉感，促进创意共享与经验交流。
- 激发学生的探索精神与创新思维，鼓励学生突破传统拍摄模式，大胆尝试新技术、新手法，结合多元艺术元素（动画、音乐、特效）打造独特的时光倒流短视频作品。

二、课程思政

- 在介绍创意短视频案例时，引入一些具有历史文化教育意义的“时光倒流”作品。例如，讲述一位创作者通过拍摄古老技艺传承的时光倒流视频，展现传统手工艺从濒危到复兴的历程，让学生感受传统文化魅力，激发学生保护与传承文化遗产的责任感，增强民族自豪感。
- 强调在拍摄与创作过程中尊重知识产权，无论是借鉴创意、使用素材（音乐、图片等），还是参考他人拍摄手法，都要遵循法律法规，培养学生的法律意识与道德素养，树立正确创作价值观。

三、教学重点

- 拍摄设备关键参数与拍摄技巧的精准运用。重点讲解如何根据时光倒流主题需求，选择合适的帧率（高帧率利于捕捉细节，慢动作模式用于特定动作），灵活切换拍摄模式，运用稳定的拍摄手法（三脚架固定、匀速运镜）获取高质量正向动作素材，为后期倒放做准备。
- 后期剪辑核心技能的实操掌握。重点讲解剪映（适配高职大一）中素材倒放、速度调整、片段拼接的操作方法，以及光影特效、复古滤镜的添加技巧，确保学生能独立完成时光倒流特效的后期制作，实现素材到成品的转化。

四、教学难点

- 正向动作设计与后期倒放的协同适配。引导学生理解时光倒流的逆向逻辑，学会设计符合倒放需求的正向动作（如物品掉落、人物走动），避免倒放后画面违和、不流畅；同时掌握后期如何调整速度、修剪片段，弥补拍摄动作的不足，实现拍摄与后期的高效配合。
- 创意与实操的平衡落地。鼓励学生发挥创新思维，在场景布置、动作设计上融入创意（如复古时光倒流、日常场景逆转），但如何将创意落地，兼顾实操性与观赏性，避免创意脱离手机拍摄/后期能力、无法实现，是学生面临的核心难点。

五、教学重点及难点解决方法

（一）教学重点解决方法

- 针对“拍摄设备关键参数与拍摄技巧”：采用“实物演示+分组实操”模式，贴合高职大一学生具象化学习特点。教师现场用手机演示，逐一讲解帧率（1080P/30 帧，慢动作 120 帧）、拍摄模式的设置方法，结合时光倒流常见场景（物品掉落、书页翻动），对比不同参数拍摄的效果，让学生直观理解参数作用；将学生分组，每组配备手机、三脚架，给定“物品掉落”基础拍摄任务，学生亲手实操参数调整、固定机位等技巧，教师巡回指导，逐一纠正参数设置错误、拍摄手法不当等问题，强化实操能力。
- 针对“后期剪辑核心技能”：采用“步骤拆解+跟着练”教学，适配高职大一学生入门难度。发放剪映实操步骤手册（聚焦倒放、速度调整核心功能），教师用投屏演示，逐一讲解素材导入、倒放设置、速度调节、片段拼接的操作流程，结合时光倒流案例现场演示全步骤；学生同步跟着练习，选取简易素材实操，教师针对性辅导，解决学生操作难点，确保每位学生掌握核心后期技能。

（二）教学难点解决方法

- 针对“正向动作设计与后期倒放协同适配”：设计“动作设计-拍摄-倒放调试”闭环任务，发放《正向动作设计清单》，明确适合

倒放的动作类型（如物品掉落、水流倒流、人物后退）及拍摄要点；让学生先设计 2-3 个简单正向动作，标注倒放效果预期，再进行拍摄，拍摄完成后立即在剪映中倒放调试，教师全程引导，帮助学生优化动作设计与拍摄角度，确保倒放画面流畅自然。

- 针对“创意与实操平衡落地”：搭建“创意简化落地”平台，整理 3 组适合高职学生的简易创意方案（如“课本书页倒流”“水杯倒水倒流”“文具归位倒流”），拆解创意要点与实操步骤；引导学生分组构思简单创意，结合课堂所学技巧，将创意拆解为具体的动作设计、拍摄、后期步骤，教师结合学生想法补充指导，确保创意可落地、2 课时内可完成。

六、教学方法和手段

（一）教学方法

- 演示教学法：核心教学方法，针对拍摄设备操作、剪映后期步骤等实操内容，教师现场实物演示+投屏步骤讲解，贴合高职学生“一看就懂、一学就会”的学习特点，确保技能传递准确。
- 小组合作学习法：在创意构思、动作设计、拍摄实操、后期制作等环节，将学生分为 4-5 人小组，明确分工（动作设计员、摄影师、后期师、记录员），通过协作完成任务，培养沟通协作能力。
- 任务驱动教学法：以“完成 1 条时光倒流特效短视频（拍摄+后期）”为总任务，拆解为“动作设计、拍摄实操、后期制作、优化完善”4 个子任务，驱动学生主动参与学习，提升问题解决能力。
- 讲授法：用于时光倒流原理、拍摄流程、后期知识、课程思政等基础理论讲解，配合 PPT、案例视频辅助，确保知识传递系统准确，兼顾课堂效率。
- 评价反馈法：结合学生自评、小组互评、教师点评，对拍摄技巧、后期质量、创意落地等进行多维度评价，及时反馈问题与改进方向，促进学生迭代提升。

（二）教学手段

- 多媒体教学手段：利用 PPT 展示时光倒流原理、拍摄技巧、后期步骤、案例素材；播放优秀时光倒流短视频及拍摄后期花絮，让学生直观感受拍摄与后期的关联；投屏演示剪映操作，方便学生同步学习。
- 实操工具辅助：配备智能手机、三脚架、简易道具（课本、水杯、文具）；提供剪映实操手册、动作设计清单、拍摄脚本模板，帮助学生快速掌握基础操作，降低实操门槛。
- 线上资源拓展：推荐适合高职学生的学习资源，如剪映官方倒放教程、抖音创作者学院时光倒流拍摄干货、B 站“时光倒流短视频基础教程”，引导学生课后自主学习。
- 互动教学工具：使用课堂提问、小组竞赛、作品互评等互动形式，结合学习通线上平台，收集学生实操作品与反馈，提升课堂参与度。

七、教学设计（2 课时，90 分钟）

- 理论讲授+案例演示（30 分钟）
 - 讲解时光倒流短视频拍摄及后期完整流程、核心知识点，结合简易案例（物品掉落倒流），演示拍摄手法、剪映倒放操作，融入课程思政内容。
 - 明确教学重点、难点，讲解解决方法，发放实操手册、动作设计清单，布置课堂任务。
- 分组实操（45 分钟）
 - 学生分组，完成“简易时光倒流”主题短视频的前期动作设计、拍摄实操，教师巡回指导，解决拍摄设备、动作设计问题。
 - 各组完成拍摄后，使用剪映进行基础后期包装（倒放、速度调整、简单剪辑），教师针对性辅导后期操作难点。
- 作品点评+总结（15 分钟）

- 每组推选 1 份作品展示，教师与其他小组共同点评，重点评价拍摄技巧、后期倒放效果、创意落地情况，提出改进建议。
- 总结本节课重点内容，梳理拍摄与后期核心技能，布置课后作业。

八、教学内容

- 时光倒流短视频核心原理与创作流程
 - 核心原理：时光倒流的本质是“素材倒放+动作逆向设计”，利用视觉错觉呈现时光逆转效果，核心是正向动作设计贴合倒放逻辑，后期精准控制速度与节奏。
 - 完整流程：前期构思（创意确定、动作设计）→ 拍摄实操（设备准备、参数调整、动作拍摄）→ 后期包装（素材倒放、速度调整、剪辑、特效）→ 优化完善（倒放调试、细节修改）。
- 拍摄核心内容
 - 设备使用：重点讲解手机拍摄基础，包括分辨率（1080P）、帧率（30 帧常规、120 帧慢动作）设置，对焦模式（手动对焦锁定主体）、防抖功能开启，适配不同时光倒流场景。
 - 动作设计：详细讲解适合倒放的动作类型，避免复杂动作，聚焦简易可操作的动作（如物品掉落、书页翻动、水流倒入），演示动作设计要点，确保倒放后画面流畅。
 - 拍摄手法：重点讲解三脚架固定机位、匀速运镜 2 种基础手法，避免画面抖动，确保拍摄素材清晰，为后期倒放奠定基础；讲解不同场景（室内、户外）的拍摄注意事项，如光线补充、背景简洁。

- 后期制作核心内容（剪映为主）
 - 素材倒放：讲解剪映中素材倒放的操作步骤，如何选中素材、开启倒放功能，预览倒放效果并调整。
 - 速度调整：讲解剪映中速度调节功能，根据动作效果调整倒放速度（常规动作 1.0 倍，慢动作素材 0.5 倍），确保画面自然不卡顿。
 - 剪辑与特效：讲解素材裁剪、拼接，删除冗余片段；讲解复古滤镜、光影特效的添加，强化时光倒流氛围，避免过度使用特效，贴合视频主题。
- 不同类型时光倒流短视频实操要点
 - 日常物品类（如文具归位、水杯倒水）：拍摄注重动作清晰，后期以倒放+简单滤镜为主，突出时光逆转的趣味性。
 - 人物动作类（如人物后退、书本翻阅）：拍摄注重动作连贯，后期调整速度，确保倒放后人物动作自然，无违和感。

九、教学资源

（一）教材与讲义

- 核心教材：《短视频拍摄与后期剪辑实战（高职版）》《剪映入门到精通》。
- 配套讲义：本节课 PPT 课件、剪映实操步骤手册、动作设计清单、拍摄脚本模板、拍摄技巧指南。

（二）案例资源

- 时光倒流短视频案例库：整理 3-5 份简易实操案例（物品、人物类），包含拍摄手法、后期步骤分析，适配高职大一学生参考。
- 思政案例集：涵盖传统文化、非遗传承相关的时光倒流短视频，结合拍摄后期场景拆解，便于融入课程思政。

（三）工具资源

- 拍摄工具：智能手机、三脚架、简易道具（课本、水杯、文具），满足课堂拍摄实操需求，适配高职教学条件。
- 后期工具：剪映（手机版+电脑版），操作简单，免费易用，适合大一学生入门。
- 辅助工具：拍摄参数记录表、动作设计清单、后期检查清单，方便学生课堂使用。

（四）线上资源

- 学习平台：剪映官方倒放教程、抖音创作者学院、B站“时光倒流短视频拍摄后期基础”教程、中国大学MOOC“新媒体拍摄”相关课程。
- 实操教程：手机拍摄参数调整教程、剪映倒放/速度调整教程、时光倒流创意拍摄干货。

十、学习指导

（一）课前预习指导

- 提前下载剪映APP（手机版/电脑版），熟悉软件基本界面（导入、剪辑、倒放模块），观看1个剪映倒放基础教程，为课堂实操做准备。
- 用手机拍摄1-2段简单正向动作素材（如掉落文具），尝试在剪映中倒放，记录遇到的问题，便于课堂针对性提问。
- 阅读课前发放的《时光倒流拍摄核心知识点摘要》，初步了解拍摄手法、后期流程，标记不懂的知识点。

（二）课中学习指导

- 理论学习环节：重点记录拍摄技巧、剪映倒放操作步骤，结合教师演示，补充个人思考，尤其是动作设计、后期倒放的细节。
- 小组实操环节：积极参与分工，配合组员完成动作设计、拍

摄、后期任务，主动分享思路，遇到设备、操作问题，先与组员互助解决，无法解决时及时向教师求助。

- 重点掌握：1 种拍摄设备的参数调整、剪映核心后期操作（倒放、速度调整），确保完成课堂基础任务。

（三）课后复习与拓展指导

- 复习巩固：整理课堂笔记，梳理“动作设计-拍摄技巧-后期倒放”的知识框架，结合课堂实操作品，复盘自身不足。
- 技能拓展：利用课后时间，完善课堂拍摄的短视频，尝试运用更多剪映特效、滤镜，优化时光倒流氛围。
- 知识延伸：浏览推荐的线上学习资源，学习 1 个新的拍摄手法或后期技巧，积累时光倒流创意素材，为后续创作储备灵感。

十一、作业及实训项目

（一）课后作业（简单落地，2 课时可完成）

- 基础作业（30 分钟完成）：使用课堂发放的动作设计清单，设计 1 个简易时光倒流动作，撰写 1 份简易拍摄脚本，包含拍摄场景、动作、拍摄手法，字数不少于 200 字，附 100 字左右的创意说明。
- 技能作业（40 分钟完成）：根据脚本，用手机拍摄素材（3-5 个镜头），使用剪映完成后期包装（倒放、速度调整、简单剪辑），制作 1 条 15-30 秒的时光倒流短视频，提交作品文件。
- 拓展作业（20 分钟完成）：撰写 1 份《实操反思》，结合自身作业，分析动作设计、拍摄、后期中的优点与不足，提出 1-2 条改进建议，字数不少于 150 字。

（二）实训项目（适配 2 课时，课堂完成）

- 项目主题：“时光逆转·简易创意”短视频拍摄及后期实训。
- 项目要求：以小组为单位（4-5 人），完成从动作设计、拍摄到

后期的完整流程，作品时长 30-60 秒，主题明确、画面清晰、后期完整，适配大一学生实操水平。

- 具体任务：
 - 构思设计（15 分钟）：小组确定时光倒流创意（选用简易动作），设计正向动作，撰写简易脚本。
 - 拍摄（35 分钟）：分工完成素材拍摄，运用课堂所学拍摄手法，确保素材清晰、稳定。
 - 后期（35 分钟）：使用剪映完成倒放、速度调整、剪辑，添加合适滤镜，完成作品包装。
 - 成果提交（15 分钟）：提交短视频作品、拍摄脚本、小组分工记录 3 份材料。
- 评价方式：采用“作品完整性（30%）+ 拍摄质量（25%）+ 后期倒放效果（25%）+ 小组协作（20%）”的综合评价体系，贴合大一学生实操水平。

|（注：文档部分内容可能由 AI 生成）