

爱 (AI) 视频——AI 短视频成果速达

培训背景

当前短视频行业已从野蛮生长迈入价值竞争新阶段，监管趋严与同质化内卷加剧行业困境，多数创作者面临想法落地难、人力成本高、效率低下等核心瓶颈，优质内容产出与流量转化难度持续提升。与此同时，2026 年 AI 大模型迎来爆发式发展，Seedance 2.0 等视频生成模型实现突破性进展，推动 AI 从创意工具升级为核心生产工具，重塑短视频创作全流程范式。

当前市场中，多数从业者虽意识到 AI 赋能的价值，但普遍存在工具运用不熟练、缺乏系统创作逻辑、无法将 AI 技术与实际创作深度结合等问题，难以借助 AI 实现降本、提效、创新、提质的核心目标。为帮助从业者突破创作瓶颈，适配行业发展趋势，特开展本次 AI 赋能短视频创作培训。

本次培训紧扣行业需求与实操痛点，对应选题规划、脚本创作、内容制作、后期剪辑全流程，系统拆解 AI 工具应用与创作技巧，助力学员快速掌握 AI 短视频创作核心能力，破解灵感枯竭、脚本粗糙、制作低效等难题，实现从基础创作到高质量产出的进阶，适配短视频行业规范化、智能化发展需求。

学员收益

1. **能力提升**：掌握 AI 短视频全流程创作工具，具备从选题到输出的独立创作能力。
2. **效率提质**：运用 AI 工具降本提效，掌握差异化选题，提升爆款概率。
3. **实用落地**：掌握各类实操工具与方法，直接解决创作中的核心痛点。

4. **行业适配**：紧跟行业趋势，明晰工具应用，提升自身核心竞争力。

培训对象

企业市场人员、品牌宣传人员、短视频创作者、新媒体运营者、培训讲师、希望借助 AI 技术提升短视频创作能力的职场人士

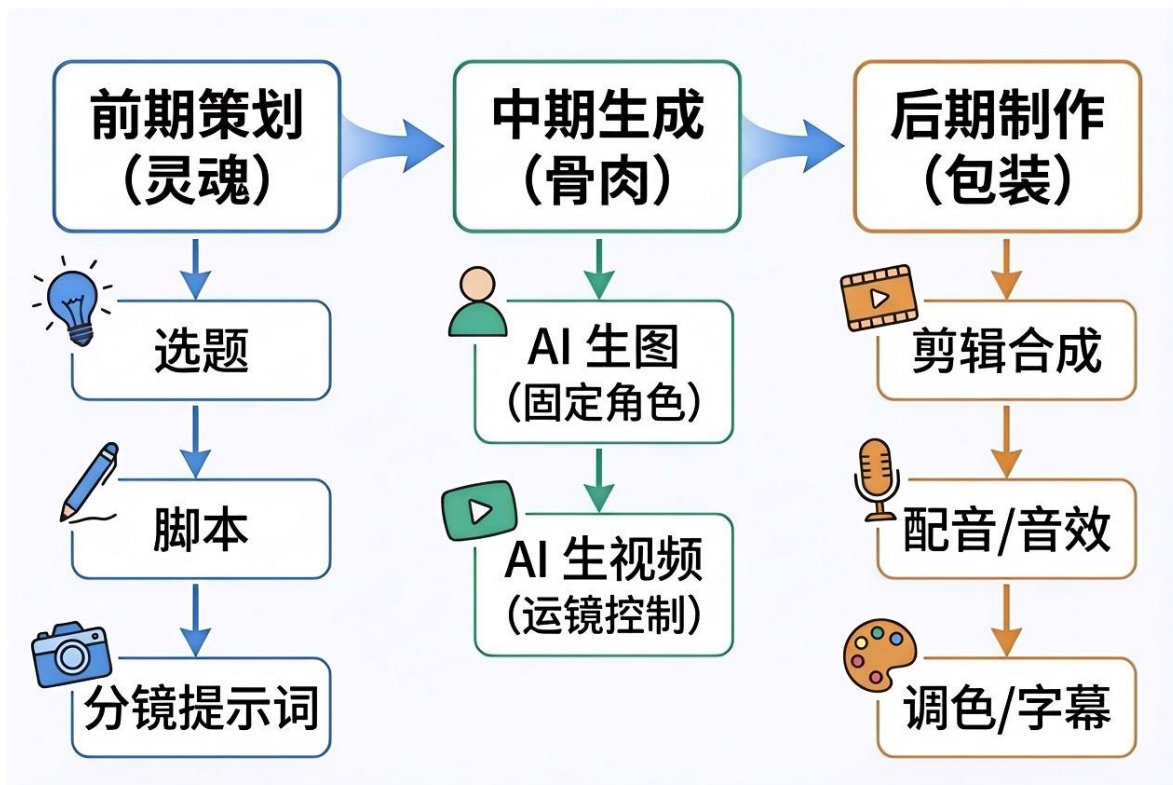
培训时间

2 天，6 小时/天（每天 6 小时）

培训方式

理论讲授+案例分析+工具实操+小组讨论+实战演练+作品评审，从 AI 创作逻辑解析到工具深度应用，从分模块练习到全流程实战，全方位助力学员吸收知识、转化技能。

课程模型



培训大纲

前期策划（灵魂）

第一讲：AI 认知篇-----重塑短视频创作新范式

一、短视频创作行业痛点与 AI 破局价值

1. 传统短视频创作五大瓶颈（想法落地难、人力不足、成本高昂、效率低下、同质化严重）
2. AI 赋能短视频创作的核心价值：降本、提效、创新、提质

二、AI 短视频创作核心工具全景解析

1. 文本生成工具：脚本创作工具功能与应用场景（DeepSeek、豆包、元宝、千）
2. 视觉生成工具：视觉创作平台对比与选择（豆包、即梦、通义万象）
3. 视频生成工具：动态内容生成工具实操要点（豆包、即梦，可灵、闪剪）
4. 智能剪辑工具：剪映等后期工具核心用法（剪映）

三、AI 短视频工具优劣势对比

（课堂详解，结合各平台特点对比）

第二讲：短视频选题规划-----从灵感枯竭到爆款预判

一、选题核心公式：科学选题的三维模型

核心公式：科学选题 = 精准定位 × 用户洞察 × 差异化表达

1. 精准定位——明确视频要达成什么

2. 用户洞察——锁定核心受众画像
3. 差异化表达——在同类中脱颖而出的策略

二、S.M.A.R.选题四步流程

1. S-明确传播目标
2. M-锁定目标人群
3. A-匹配内容场景
4. R-设计差异化选题

三、选题评估：5维打分卡（决策工具）

（课堂提供打分卡模板，从相关性、吸引力、差异化、可执行、转化力五个维度评估）

四、避坑指南：五大误区

1. 只讲产品功能，不讲用户价值
2. 追热点但与品牌无关，流量来了也留不住
3. 选题太泛（如"健康生活"），缺乏具体切入点
4. 忽略平台调性（如在抖音发长知识讲解，在B站发硬广）
5. 缺乏行动引导，看完即走无转化

五、AI辅助选题提示词模板（即拿即用）

模块产出目标：学员能够独立完成从目标设定到选题评估的全流程，产出1个通过5维评估的可用选题。

第三讲：脚本创作篇-----AI辅助结构化叙事与脚本优化

一、短视频黄金叙事模型解析

1. 开场定生死：3秒钩子公式与三大场景应用

黄金3秒钩子设计原理

- 1) **核心原则**：前3秒需直击人性需求（好奇、利益、共鸣）；融合"精简文案+快节奏剪辑+视觉冲击"三要素。
- 2) **基础公式（四类切入结构）**：好奇破局型；痛点直击型；利益直达型；反差吸睛型。

三大核心场景开场公式应用

- 1) **活动宣传类**：参与动机 + 紧迫感
- 2) **知识分享类**：专业价值 + 实用性
- 3) **营销转化类**：价值差异 + 转化冲动

2. 中段稳流量：内容展开逻辑与AI优化方法

- 1) 基础内容结构公式（通用型）
- 2) 专业内容展开方法论（知识型）
- 3) 高互动结构设计（营销型）

3. 结尾促转化：四大结尾类型与AI转化闭环设计（评论、提升阅读）

结尾"四件套"公式

- 1) **互动式**：直接引导点赞、关注、评论或分享
- 2) **共情式**：用哲理金句进行情感或价值升华
- 3) **IP式**：强化个人或品牌 slogan，加深记忆
- 4) **反转式**：制造出乎意料的情绪落差，提升内容张力

二、AI 脚本全流程创作实战

1. **Prompt 工程精要**：让 AI 精准理解创作意图的指令设计技巧
2. 基于选题快速生成结构化脚本草稿的实操步骤
3. **AI 辅助脚本优化**：文案润色、口语化调整与感染力提升
4. **实战产出**：完成 1 份可直接用于拍摄的 60-90 秒短视频脚本

第四讲：内容制作篇-----实景拍摄与 AI 素材生成

一、AI 人物设定

- 1) 对故事中的主要人物进行造型设计
 - 自然语言描述
 - 利用官网同款复制
 - 图片反推
- 2) 对故事画面的美术风格进行设计

二、AI 分镜生成

1. 生成图片的提示词结构

- 1) 景别(近景、中景、远景、航拍、第一人称等)
- 2) 画面中出现的事物(人物、动物、环境等)
- 3) 时间与光照(白天、夜晚、傍晚、正面光、侧逆光等)
- 4) 色调(冷色调、暖色调、某一部电影中的色调如教父)
- 5) 构图(水平构图、对称构图、对点构图、S 型构图等)
- 6) 质量词(胶片颗粒质感、电影感构图、超高清、16K 等)



三、AI 视频生成

1. AI 视频生成路径

- 1) 文生视频：脚本或故事文案直接生成动态，适合快速概念验证。
- 2) 文生图生视频：静态图转视频，确保品牌元素严格一致。
- 3) 动作模仿生成视频：复制标准动作，适用于流程教学。
- 4) 收尾帧生成视频：控制起止画面，演绎变化与对比。
- 5) 可灵多模态作图：支持风格统一、细节可控，适合封面、素材批量产出。
- 6) 数字人对口型：上传音频自动匹配口型与表情，生成自然播报 / 讲解视频，降低真人出镜成本。
- 7) 视频参考：一键调取优质案例视频，直接参考学习或二次修改，快速掌握创作思路。
- 8) 混合生成：支持文生、图生、数字人、动作模仿等多能力组合输出，满足复杂视频全场景创作。

练习案例：为“智能办公产品介绍”主题，用一句话分别描述四种技术路径的实现方式。

四、Seedance 2.0 使用渠道

1. 小云雀：日常短片完全够用
2. 豆包：快速批量生成首选
3. 即梦：积分紧凑，尝鲜即可
4. 随变：真人 AI 视频首选，额度给力
5. 火山：一次性体验，省着点用
6. 剪映：不推荐用于免费生成

五、常见问题解决方案

1. 分镜转视频画面不好的需多次生成
2. 素材清晰度不足、光线不佳的 AI 优化方法
3. 有角色说台词的画，尽量使用近景正面镜头
4. 脚本只是参考，画面描述主要还需自己思考
5. 提示词描述尽量直观客观
6. 产品营销视频生成步骤

对比项	传统分镜（专业手绘）	AI分镜（工具生成+人工调整）
制作者	 专业分镜师手绘	 AI工具生成，人工调整
制作时间	 数天至数周	 数小时至1-2天
成本	 人工成本高，整体高	 工具订阅费，成本低
精细度	 取决于画师水平	 依赖Prompt技巧
修改效率	 需重新绘制，效率低	 调整提示词即可，效率高
风格一致性	 需画师刻意保持一致	 需掌握种子/参考图技巧保证一致

第五讲：后期制作篇-----AI 赋能高效剪辑与视频输出

一、素材整理

1. 素材筛选：筛选有效素材，剔除冗余片段（结合剪映素材导入功能）
2. 素材分类：按场景/内容分类归档，便于快速调取
3. AI 辅助准备：利用剪映素材库补充适配素材，节省找料时间

二、粗剪

1. 框架搭建：删除废片，按脚本顺序排列素材，确定视频主线
2. 基础调整：设置片段入点、出点，调整素材顺序适配逻辑
3. AI 提速：利用剪映智能解说粗剪，快速完成基础剪辑框架

三、精剪

1. 节奏优化：细化片段时长，调整衔接流畅度，贴合内容节奏
2. 冗余删减：用剪映智能剪口播，自动删除口播中无效词汇
3. 画面修正：借助 AI 画质增强，修复素材模糊、瑕疵问题

四、转场与特效添加

1. AI 转场：选用剪映 AI 推荐转场，适配画面风格，避免过度花哨
2. 特效应用：添加基础贴纸、AI 运镜，提升画面质感（控制用量）
3. 蒙版使用：简易运用 AI 抠像、蒙版功能，实现画面融合

五、AI 生成配乐、音效

1. 生成平台：可灵、即梦、剪映、豆包、专门的音效生成平台
2. 配乐的分类：歌曲、纯音乐、音效

3. 具体的配乐技巧：现成素材，渐入渐出，位置匹配

六、字幕制作

1. AI 自动生成：用剪映 AI 智能字幕，快速识别语音生成字幕
2. 校对优化：修正字幕错误、调整字号位置，贴合视觉规范
3. 样式调整：添加字幕包装、双语字幕，提升可读性

后期配音合成

1. 配音选择：根据需求选用 AI 配音（剪映 AI 配音 3.0）或真人配音
2. 人声优化：利用 AI 降噪、人声增强，统一音量，提升音质
3. 音画合成：搭配 AI 推荐 BGM，控制音量比例，实现音画同步

A 生成配音

1. 旁白配音-不需要进行口型匹配，不需要太多情感
2. 角色配音-需要进行口型匹配，需要根据剧情带有情感

七、最终输出

1. 参数设置：统一分辨率、码率，适配主流播放标准
2. 多比例适配：用剪映快速生成横版/竖版，适配多平台发布
3. 发布检查：核对字幕、音效、画面，排查版权与 Logo 遮挡问题

课程工具（各种素材、实操工具包）：

1. 短视频选题策划工具表
2. AI 辅助选题流程—含提示词、示例
3. 分镜脚本参考模版—含提示词、示例

4. AI 短视频配音流程指南
5. AI 短视频导出参数标准表
6. 剪映 AI 短视频剪辑指南
7. 短视频素材包

课程输出：

1. 短视频选题表
2. 短视频分镜脚本
3. 1-3 分钟短视频

课程回顾与行动计划

核心知识点回顾/PK 竞赛