

《Seedance 2.0 视频创作实战营：从提示词到产品级成片》

课程背景：

2026 年新春伊始，视频内容赛道迎来全新拐点。当 AIGC 技术从概念走向落地，企业视频生产正经历从“人力密集型”向“创意驱动型”的根本性跃迁。在这个人机协创的元年，如何用更低的成本、更短的时间，输出具有商业竞争力的产品级视频，已成为每一家希望占领用户心智的企业必须直面的课题。然而，大多数企业仍深陷“高投入、长周期、难迭代”的创作泥潭——传统拍摄动辄数周，外包沟通成本高昂，内部团队创意枯竭。市面上虽有诸多 AI 工具，但缺乏体系化的实战方法论，从“想到一个提示词”到“做出一条能用的成片”之间，存在巨大的鸿沟。

作为国内首套聚焦“产品级交付”的 AI 视频实战课程，课程深度整合了最新的 Seedance 2.0 视觉生成引擎与全链路 workflow，真正实现了从灵感构思、精准提示词工程到多模态内容拼接、商业级质感调色的全闭环。对于企业而言，这门课程的价值是颠覆性的。它意味着市场部可以用半天时间跑完原本两周的宣发视频周期；意味着电商详情页可以拥有“千人千面”的个性化展示视频；意味着企业培训课件能瞬间转化为高互动性的视觉内容。交付的不仅是一套工具使用技巧，更是一套经过验证的“视频内容工业化生产体系”，帮助企业将创意资产转化为可量化、可复制的商业竞争力。站在 2026 年的新起点，视频创作的门槛正在消失，而内容的想象力正在爆炸。让企业，赢在 AI 视频的起跑线上。

课程收益：

- 系统掌握 Seedance 2.0 核心功能，从 0 到 1 独立完成 AI 视频创作全流程
- 精通@语法导演级指令，精准控制角色、运镜与画面风格的一致性
- 解锁音频驱动黑科技，实现口型同步、卡点剪辑与情绪匹配
- 掌握长视频拼接技巧，轻松突破 15 秒限制完成完整叙事

- 亲手产出 1 条以上可商用成品视频，直接应用于企业内容传播
- 洞察 AI 视频最新趋势，抢占未来内容创作的先发优势

课程时间：1 天，6 小时/天

课程对象：企业全员、市场营销人员、短视频编导、内容运营、品牌公关

课程方式：学员需自带笔记本电脑，提前注册好“即梦”或“小云雀”账号，并准备一套品牌素材（Logo、产品图、IP 形象图、企业宣传片片段、品牌音频等）。

课程大纲

主题：像导演一样思考，像工程师一样执行

第一讲：新工业革命——Seedance 2.0 的技术定位与商业价值

一、AI 视频进入了“小学阶段”。

1. 如何通过“画家+导演”双脑机制保证角色一致性与物理连贯性。
2. 分镜生成耗时从 90 分钟降至 8 秒。
3. 提示词的底层结构——“五要素导演法”

要素	核心问题	在提示词中的表达方式	是否必须
角色	谁出现在画面里？	一个穿红风衣的女特工	几乎必须

要素	核心问题	在提示词中的表达方式	是否必须
场景	故事发生在哪里？	19 世纪的伦敦大街上	几乎必须
动作/剧情	发生了什么事？	走在街上，右边驶来一辆蒸汽机车	必须
镜头	怎么拍这个画面？	一镜到底 / 特写	强烈建议
氛围	整体什么感觉？	水墨风格 / 诙谐幽默	锦上添花

所有好的 AI 视频提示词，本质上都在回答五个问题：

【破冰实操】：

分享：自己或团队当前制作一个 30 秒视频通常需要多久？遇到的最大痛点是什么？

【讲师演示】：现场用 Seedance 2.0 从零生成一条 15 秒品牌短片（使用企业真实 Logo），直观感受速度差异。

二、告别单纯“咒语 (Prompt)”，建立“功能角色”分类思维。

1. 角色锚定（图片）：正脸/侧脸/全身——建立角色向量缓存。

2. 场景定调（图片）：环境与氛围锚点。

3. 动作运镜（视频）：复制希区柯克运镜与动作节奏。

4. 节奏氛围（音频）：配乐情绪线 vs 口播台词线。

黄金公式与分配策略：12 个文件上限如何分配（图片 3-5 张+视频 1-2 段+音频 1 段）。

【实操案例】：角色一致性短片（2 图+1 视频）、口播对话（1 图+1 音频）。

如何撰写“导演指令”——避免指令冲突与模型困惑。

三、素材锚定与组合实验

【任务】：每组使用企业自有品牌素材（如 IP 形象、产品图、场景图），尝试 3 种不同的参考组合

1. 纯图片锚定：仅用 2 张图片（角色+场景），生成一段 5 秒视频，观察一致性。

2. 图片+视频锚定：在 1 的基础上加入一段参考运镜视频（例如推镜头），对比镜头运动。
3. 图片+音频锚定：加入一段品牌音频（如口号），观察视频是否产生与音频节奏相关的运动。
4. 输出：每组生成 3 条对比视频，并记录各自的提示词和参数设置。

【分享】：选 2 组展示，讲师点评指令优化点。

第二讲：口播与对话——让品牌“开口说话”

一、原生口型同步：音频驱动情绪匹配与嘴型

1. 最简口播：1 张角色图 + 1 段干声音频。
2. 场景控制：增加场景图以控制环境。
3. 运镜参考：增加视频控制镜头运动（推拉摇移跟）。
4. 五大翻车修复方案：口型不准、表情僵硬、手部变形、画面抖动、背景错误。

【实战演练】：口播视频创作与翻车修复

【任务】：每位学员使用自己的一张照片（或提供的虚拟主播图）录制一段 5 秒的音频（例如“欢迎了解我们的产品”），生成口播视频。

【挑战环节】：故意制造一个“翻车”（如表情僵硬），然后应用修复方案重新生成，对比前后差异。

成果：每人获得一条满意的 15 秒口播视频，并掌握常见问题的快速修复技巧。

第三讲：长视频拼接——突破时长限制的三种路径

一、从 15 秒到 1 分钟，从单点到批量

1. 视频延长接力：官方标准延长操作，针对连续动作描述的技巧（注意质量衰减临界点）。
2. 多视频融合：中间插入过渡段 + 统一参考视频锚定法（解决长口播叙事）。

3.连续动作分镜：产品展示/教学演示场景的分镜规划。

4.后期处理黄金法则：B-roll 遮切法、音频优先原则、跨片段调色与降噪。

【实战演练】：长视频拼接挑战

【任务】：将刚刚生成的 3 条短片段（口播+产品展示+空镜）拼接成一个 45 秒的品牌故事短片。

【工具】：可使用剪映/Premiere 简单剪辑，重点在于理解如何用多个 AI 片段构建叙事。

二、产品视频做出品牌广告

1.产品多角度参考（3-5 张） + 材质提示词（金属反射/微划痕） + 品牌色调锚定。

2.A/B 测试：5 分钟生成 4 种不同运镜的广告备选。

【任务】：针对同一产品（如一瓶香水），生成 4 条不同运镜（旋转、推进、环绕、微距）的广告视频。

【目标】：快速产出多条备选，并进行小组内盲测，选出最吸引人的一条。

三、短剧与 IP 内容（适合内容团队）

1.小说片段直接转译：理解叙事节奏、情绪铺垫与戏剧反转（如“我是那只野鸡”案例拆解）。

2.多角色一致性保持：跨镜头角色绑定技术。

【任务】：给定一段短剧本（如“男主惊讶→女主生气→两人对话”），使用角色绑定技术生成三个连续镜头，保持角色一致。

要求：必须使用“全能参考”中的角色锚定图片，并尝试通过提示词控制情绪变化。

四、文旅与宣传片（适合政府/企业形象）

1.宏大场面调度：航拍俯冲、升格慢动作、粒子特效提示词编写。

2.文化与光影：如何提示“中式美学”与“电影级光影”。

【任务】：提供一组城市地标图片，要求生成一段具有“电影感”的宣传片段，包含至少两种运镜（如航拍推进+慢动作特写）。

【目标】：掌握宏大场景的提示词编写技巧，并利用参考视频控制镜头运动。

第四讲：镜头语言决定“质感段位”

一、同样的内容，换一种镜头描述，质感天差地别：

推：镜头从远到近 → 聚焦某物

拉：镜头从近到远 → 展示全景

摇：镜头左右旋转 → 扫视环境

移：镜头整体平移 → 跟随角色

环绕：围绕角色旋转拍摄 → 强调主体

俯拍：从上往下拍 → 上帝视角

仰拍：从下往上拍 → 英雄感/压迫感

一镜到底：不切镜头连续拍 → 沉浸感

希区柯克变焦：主体大小不变但背景突然拉近/拉远 → 眩晕/惊恐感

第五讲：团队协作与效率工具

SOP 标准化：引入 YAML 格式的剧本结构化解析模板

1. 失败回滚机制：遇到废片怎么办？建立快照链与版本管理思维。
2. 成本控制：积分消耗模型（Fast 模型 vs 标准模型）与排队策略。
3. 合规与伦理：真人素材限制、版权风险规避与 AI 内容披露。

【任务】：每位学员根据今天所学，在本地建立一个属于自己的“项目模板文件夹”（包含素材分类、提示词记录表、输出文件夹）。

【分享】：展示 1-2 个优秀模板，讲师点评其可复用性。

第六讲：课程总结与终极挑战

1. 全天知识点串联：准备阶段（素材库）→ 创作阶段（语法/黄金公式）→ 迭代阶段（拼接/回滚）。

2. 现场问诊：针对学员带来的具体项目（如新品发布、IP 孵化）提供 workflow 建议。

3. 结业挑战：30 分钟极限创作（20 分钟创作+10 分钟点评）

【任务】：使用企业真实素材，在 30 分钟内完成一条 30 秒以上的完整成片，主题自选（品牌广告、口播、短剧片段皆可）。

要求：必须包含至少 3 个 AI 生成片段，且有清晰的叙事逻辑。

评选：全班投票选出“最佳创意奖”和“最佳执行奖”，颁发小奖品。

配套资料包：

1. 万能提示词模板库（含古风/科幻/口播/文旅等 20 个行业模板）。

2. 素材分类文件夹结构图（即拿即用的本地管理规范）。