

青藤学苑·影视动画零起点入门指导资料

(2022 版)

前言：本套资料专为零起点成人学习者打造，摒弃冗余内容，聚焦核心知识点与实操要点，所有内容均贴合当下行业主流技术与岗位需求，无超前内容，助力新手快速入门，迈出影视动画职业第一步。

资料三：《影视动画零起点学习规划——30 天入门，可落地不盲目》

一、前言

很多零起点学员想学影视动画，却不知道“从哪里开始、每天学什么、学到什么程度”，导致盲目学习、效率低下，甚至中途放弃。青藤学苑结合行业需求、零起点学员学习特点，制定了这份“30 天入门规划”，规划贴合当前行业主流技术，无超前内容，每天学习 1-2 小时，循序渐进，帮助你在 30 天内掌握影视动画入门核心，明确后续学习方向，为职业发展打下基础。

本规划适合：18-45 岁成人零起点学员、想转行从事影视动画行业的从业者、对影视动画感兴趣的爱好者，无需专业基础，按规划执行，就能快速入门。

二、30 天零起点入门规划（分 3 个阶段，可直接落地）

第一阶段：第 1-10 天，基础认知与审美培养（每天 1 小时）

核心目标：了解影视动画行业、掌握基础理论，培养审美敏感度，打破“零基础焦虑”，明确学习方向。

每日学习内容：

1. 第 1-3 天：学习《影视动画零起点入门指南》（资料一），掌握影视动画定义、岗位分工、入门误区，每天花 10 分钟观看热门影视动画作品（如《雄狮少年》《斗罗大陆》动画版、《凡人修仙传》动画版），观察画面构图、角色设计、动画动态。

2. 第 4-7 天：学习动画基础理论，重点掌握“运动规律”（如小球下落、角色行走的动态逻辑）、“分镜基础”（简单理解镜头切换、画面叙事），青藤学苑建议：每天花 30 分钟，用简单的线条绘制“小球弹跳”的动态过程，培养动态思维。

3. 第 8-10 天：熟悉 3 款核心软件（PS 2022、3ds Max 2022、AE 2022）的界面，按照《软件入门手册》（资料二），练习软件基础操作（如 PS 新建画布、3ds Max 创建几何体、AE 导入素材），每天熟练掌握 1 个软件的 1 个基础操作即可。

阶段验收：能说出影视动画 3 个核心岗位的职责，能绘制简单的小球弹跳动态，能熟练操作 3 款软件的基础功能。

第二阶段：第 11-20 天，软件实操与小案例练习（每天 1.5 小时）

核心目标：熟练掌握软件入门操作，能独立完成简单的素材绘制、模型制作、动画合成，积累实操经验。

每日学习内容：

1. 第 11-14 天：聚焦 PS 2022 实操，每天练习 1 小时，绘制简单的动画角色（如卡通人物、简单场景），掌握线条绘制、色彩填充、素材保存的技巧，每天完成 1 个简单素材绘制，累计完成 4 个素材。

2. 第 15-17 天：聚焦 3ds Max 2022 实操，每天练习 1.5 小时，学习基础建模，制作简单的三维模型（如桌子、杯子、简单角色轮廓），掌握“编辑多边形”“顶点调整”的技巧，累计完成 3 个简单模型。

3. 第 18-20 天：聚焦 AE 2022 实操，每天练习 1.5 小时，将 PS 绘制的素材导入 AE，添加简单的关键帧动画（如素材移动、缩放），制作 1 个 5 秒的简单动画片段（如角色移动动画）。

阶段验收：能独立完成 PS 素材绘制、3ds Max 简单建模、AE 简单动画合成，能导出完整的动画片段。

青藤学苑支持：此阶段若遇到实操难题，可添加青藤学苑讲师微信，免费获取 1 对 1 指导，讲师会根据你的作品，指出问题并给出改进建议，帮助你快速提升。

第三阶段：第 21-30 天，综合练习与方向定位（每天 2 小时）

核心目标：整合前 20 天的知识点，完成 1 个简单的综合动画作品，明确自己的学习方向（二维或三维），了解后续进阶学习的重点。

每日学习内容：

1. 第 21-25 天：综合实操练习，结合 PS、3ds Max、AE 软件，制作 1 个 10 秒的综

合动画片段（如“简单角色行走+场景背景+简单转场”），每天完善作品的 1 个部分，逐步优化画面效果，贴合行业对新手作品的基础要求。

2. 第 26-28 天：作品优化与复盘，检查自己的综合作品，修改画面粗糙、动画不流畅的问题，复盘 30 天的学习内容，梳理自己的薄弱环节（如 PS 绘制、3ds Max 建模），明确后续重点练习方向。

3. 第 29-30 天：行业岗位适配与学习规划，结合影视动画行业岗位需求，分析自己的兴趣与优势，确定后续学习方向（二维动画或三维动画）；青藤学苑会提供“进阶学习大纲”，帮助你规划后续学习计划，避免盲目学习。

阶段验收：能独立完成 1 个 10 秒的综合动画作品，明确自己的学习方向，了解后续进阶学习的重点。

三、零起点学习必备心态与技巧

1. 拒绝“急于求成”：影视动画入门需要时间积累，30 天的规划是“入门”而非“精通”，重点是掌握基础、培养兴趣，后续还需要持续练习和进阶，青藤学苑的零起点课程，会循序渐进引导学员提升，避免新手因急于求成而放弃。

2. 重视“实操练习”：当前行业招聘更看重实操能力，理论学习后一定要及时练习，每天的实操任务不要拖延，哪怕只练习 30 分钟，也比单纯看教程更有效果——青藤学苑的课程中，实操占比达 70%，就是为了帮助学员快速提升实操能力，适配行业需求。

3. 学会“借力求助”：零起点学习过程中，遇到问题不要硬扛，及时向专业人士求助，青藤学苑为零起点学员提供免费的疑问解答、作品指导，帮助学员避开新手坑，提高学习效率。

四、青藤学苑零起点进阶支持

30 天入门只是起点，若你想进一步提升，成为符合行业需求的影视动画从业者，青藤学苑为你提供专属进阶支持：① 零起点进阶课程（贴合行业需求，涵盖二维、三维动画核心技能，新增短视频动画制作模块）；② 1 对 1 学习规划，根据你的基础和兴趣，定制专属学习计划；③ 实战项目练习，对接行业真实项目，积累实战经验，为就业打下基础；④ 就业指导，帮助学员优化简历、对接招聘渠道，助力学员顺利入行。

报名方式：添加客服微信，回复“30 天规划”，即可免费领取进阶学习大纲，咨询零起点进阶课程详情，解锁更多学习福利。

青藤学苑——专注成人职业影视动画、UI 培训，以“实用、落地、高效”为核心，帮助零起点学员搭建系统学习框架、掌握职业技能，助力每一位热爱影视动画的学员，实现职业梦想。

资料版权声明：本套资料为青藤学苑原创，仅供学员免费下载学习使用，禁止转载、盗用，违者必究。

环球青藤 | 青藤学苑

2022 年 7 月