

# 第一步：制作演讲幻灯片

---

请使用大会主办方提供的 PPT 模板制作演讲幻灯片

PPT模板下载地址：

[Template\\_PyCon\\_2021.pptx](#)

- 主题演讲的录像时间不超过 30 分钟。
- 常规演讲的录像时间不超过 40 分钟。

## 演讲幻灯制作建议

1. 制作演讲幻灯前，请充分构思，一份好的演讲方案应做到：思路清晰、逻辑明确、重点突出、观点鲜明。
2. 在演讲幻灯中，文字应尽量精简，并配上相应的图片，配图应贴合主题，切忌花里胡哨、色彩斑斓。
3. 想表达的重点内容可使用加粗、斜体、下划线、大字号等突出表达，更加直观地让观看者了解您的意思。

# 第二步：正式录制前的设备调试/环境准备

---

1. 检查录制软件、录音设备是否正常启动
2. 电脑分辨率 1920\*1080 符合宽高比例 Windows(16:9) 或 Mac(16:10)
3. 视频编码:H264 (mac 使用 QuickTime 录制 mov 格式)
4. 视频录制分辨率、电脑屏幕分辨率、剪辑后导出的视频分辨率，三者比例要保持一致，分辨率 1920\*1080 帧数 30 ( FPS ) 比特率 1500 以上 ( 此项不严格要求，以实际视频为准 )
5. 检查桌面背景，无其他第三方 logo
6. 请关掉无关窗口及面板弹窗(如 QQ , 360 浮窗，迅雷弹窗、录屏软件工具栏等)
7. 检查全屏状态，PPT 与代码编辑器、浏览器要求全屏状态下录制，浏览器要全屏显示，要放大至少 125%
8. 调整代码编译器及浏览器：
  - 如分享时需要展示代码，录制时要把代码编辑器调大字号，标准为代码编辑器设置全屏时，代码行为 20-22 行。(分辨率越高，对应的字号越大，1280\*720 对应的是 24 号字，1920\*1080 对应的是 30 号)
  - 浏览器控制台演示代码效果时，使用 “Ctrl” + “+” 将控制台字号调大(总之只要是能调整大小的地方都要放大，为了移动端观看)。
9. 代码折行问题:当代码或者命令语句的宽度超出编辑器等界面的宽度的时候，设置代码自动折行，保证编辑器下方不要出现滚动条。例如 MySQL 客户端，linux 命令操作，代码编写等
10. IDE 只能使用白底或者黑底两种，颜色匹配方案选择对比度大的
11. 所有活动窗口(如 PPT , IDE , 模拟器，浏览器等)，随时调用，随时打开，用完后请及时关闭或最小化、关闭或最小化后要么回到桌面，要么继续全屏打开其他要展示的窗口 (窗口不能一层叠一层)
12. 一个良好的仪表形象，如需使用耳机，不建议使用耳罩式耳机，尽量使用无线耳机
13. **请在会议室等安静环境内进行或跟周边人员打招呼，确保录制期间无噪音、人员干扰、频繁的人员走动等情况**

# 第三步：正式录制前的演练

---

1. 搭配着演讲幻灯文件进行演讲，将其中不通顺、不流畅的地方进行反复练习。演讲幻灯中如存在逻辑不严谨或纰漏之处，请及时修改。
2. 如果条件允许，建议找您的同事、家人甚至专业人士，当面演练两遍，请他们给予作为观众体验的建议（内容、表达）
3. **正式开始前先简单录一小段，自己先看看效果：是否能正确录制输出、声音是否正常、形象气质是否良好，此点非常重要，不要等全部录完才发现有问题。**

## 第四步：正式录制

### 4.1 录制时的基本规范

1. 需开视频，保持自己的上半身合适居中在屏幕中，不可过近或过远，如脸部贴近屏幕，屏幕基本被脸部占据，或自己膝盖以上全部在屏幕中
2. 演讲过程中眼睛注意聚焦摄像头方向，有与观众对视的感觉
3. 录制时，材料在全屏展示，自己头像在右上角小屏展示，如有其他参会人，请隐藏（其他人不开启视频，通过转到“设置”>“视频”>“会议”来隐藏不使用视频的参与者，然后选中“隐藏非视频参与者”），**最终效果如下图两种均可：**



4. 因为无观众互动，可能无法得到现场演讲时的反馈感，所以要时刻注意控制自己的语气&语速，把握节奏，富有激情。
5. 注意时间，请在自己的规定的时间内完成

## 4.2 如何录制

### 录制工具

国内推荐以下几类录制工具进行视频录制：

- 腾讯会议
  - 下载：<https://meeting.tencent.com/>
  - 使用说明：<https://meeting.tencent.com/support.html>
- ZOOM：
  - 下载：<https://zoom.us/>
  - 使用教程：见下文
- OBS：
  - 下载地址：<https://obsproject.com>
  - 使用教程：<https://www.bilibili.com/video/av540757352/>
- 真目：
  - 下载地址：<https://zhumu.com/client>
  - 使用说明：<http://help.zhumu.me/hc/kb/section/27101/>

如果您有其它软件也能实现上面说明的规范效果亦可。

此处讲解如何使用ZOOM进行录制（**主要还是关注录制中的规范，工具的选择及如何操作以您的实际习惯为主**）：

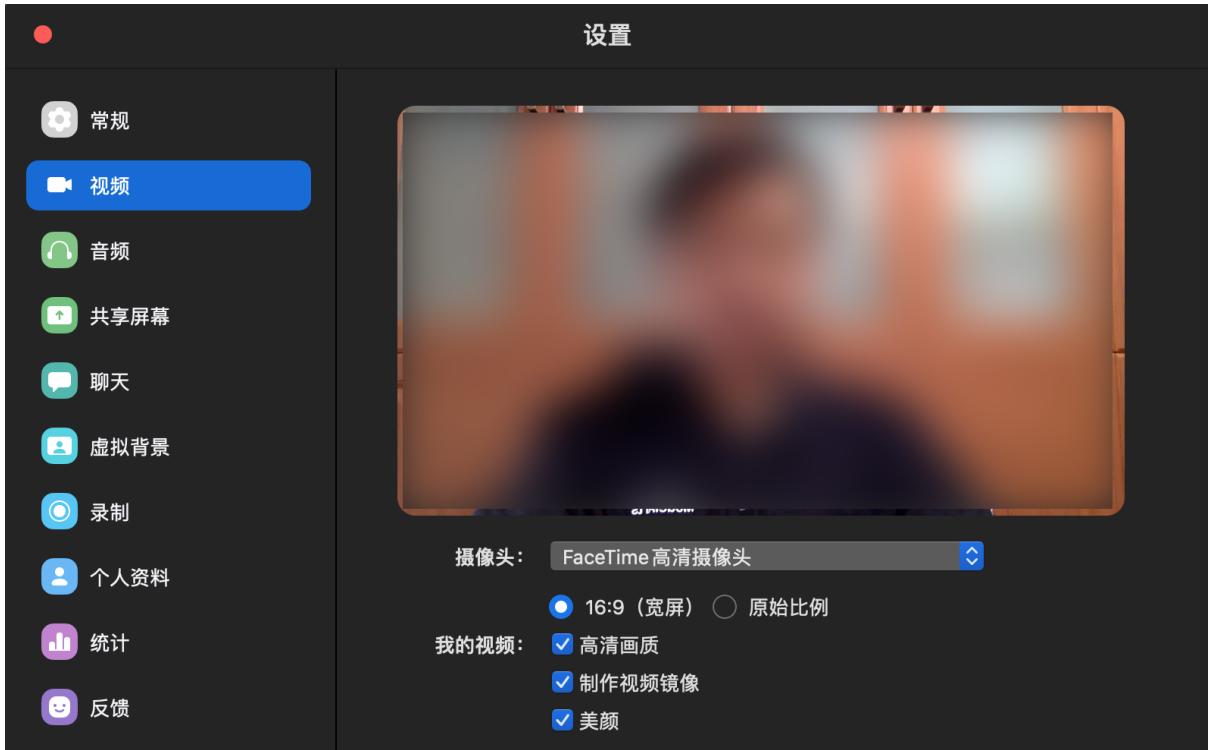
使用 ZOOM 进行录制时，直播间内可以是您和相关帮助操作人员（如主持人，但TA不能开视频）

### 关于ZOOM账号

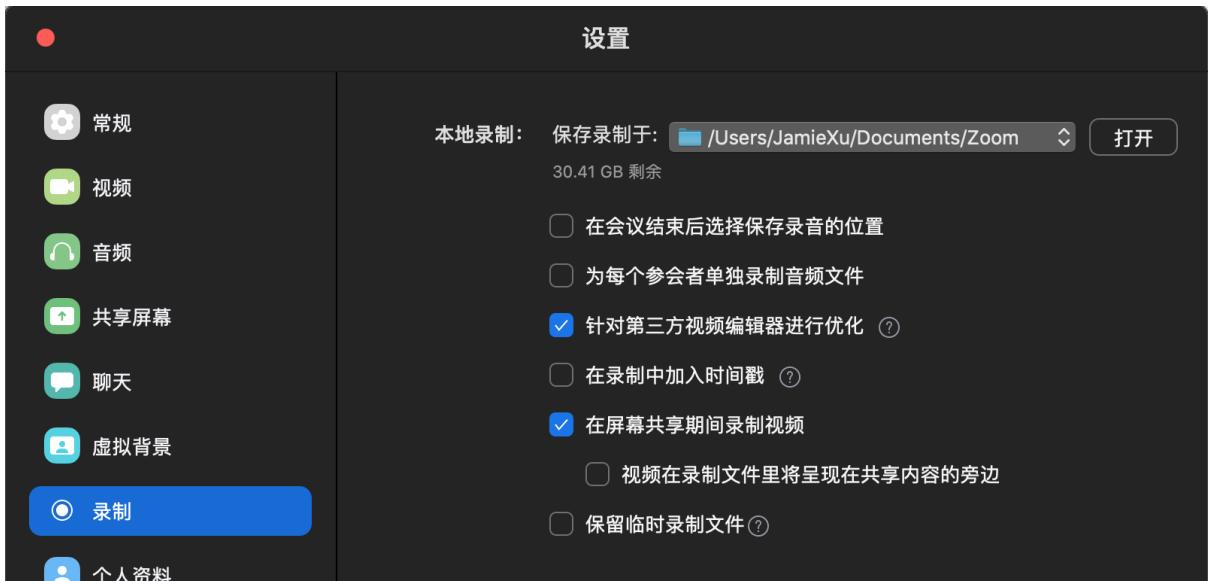
- 如果您或同事有ZOOM账号，可以直接创建一个ZOOM直播间后开始。
- 如果您及周边没有ZOOM账号，因为目前ZOOM已经停止对国内的服务，注册流程比较麻烦，建议使用其他工具方式

### 具体流程

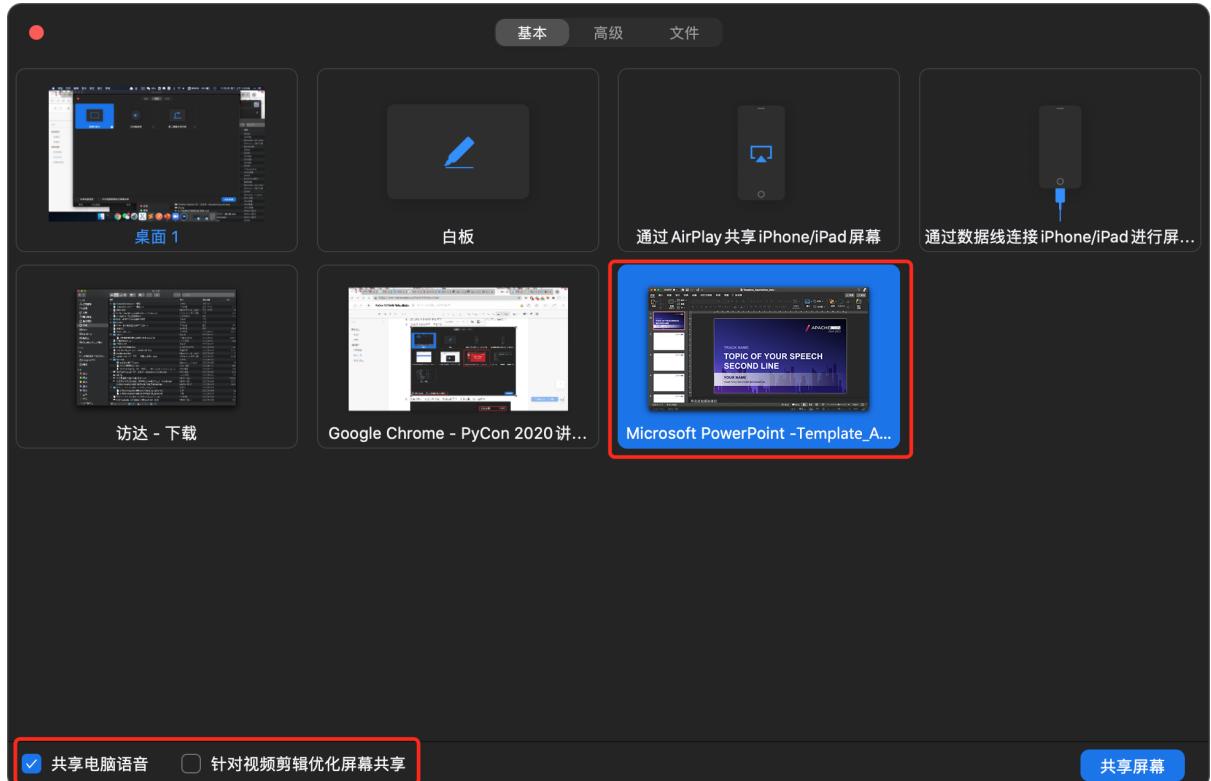
- 只有主持人有权限录制，建议您与朋友或同事协作，Ta作为主持人帮您进行录制，您以正常嘉宾视角进行到底演讲。
- 可以去设置里面的视频设置选项，查看视频效果，相关选项建议按照下图所示勾选。



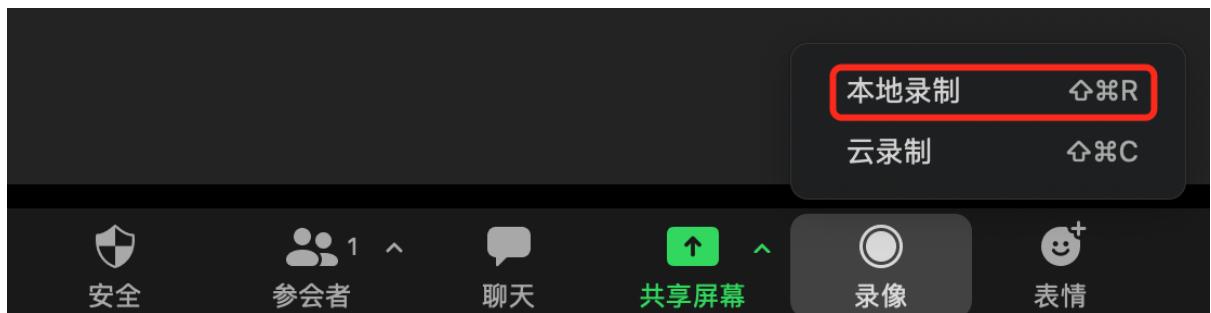
- 录制前可以到设置里修改ZOOM录制文件的存放位置为自己的常用位置，方便录制后找到。同时勾选“针对第三方视频编辑器进行优化”。



- 如果您的PPT中间有播放声音的需求，建议您在开启屏幕共享时，勾选“共享电脑语音”选项，然后选择您的PPT，点击“共享屏幕”按钮即可。



5. 开始录制时，点击录制按钮，选择录制方式：本地录制，如下图所示：



6. 在会议结束后，ZOOM会自动把录制的视频、音频、共享内容转码成为一个.mp4视频文件，存放在我们前面设置存放的目录下。

## 第五步：交付前的检查

1. 视频的命名格式为：**姓名-演讲主题-Track名称**（如：张三-如何开始Python开发）
2. 检查音质，可以有电流底噪，但不要有明显噪音(如翻书声、拖动椅子、汽车鸣笛、鸟叫声等)
3. 检查画面像素是否为 1920\*1080，比例是否 Windows为16:9 或 Mac为16:10
4. 视频帧速率不低于 30fps(单击鼠标右键，“属性”中“详细信息”查看)，画面不能出现明显锯齿，发虚的现象

## 第六步：视频交付

自检属性符合标准后，请上传至网盘，并将下载链接发送至邮箱：

jamiexu@python-china.org.cn

如视频中存在~~问题~~会反馈给你，如有需要请及时修正。