## 使用说明

一、概述

本使用说明旨在指导用户如何准备并前往指定场地进行视频和音频素材的录制，以满足分身数字人训练的需求。用户需按照以下步骤进行，确保录制效果达到最佳。

**二、录制前准备**

1. 场地预约与沟通：
* 提前与场地负责人或现场联系人沟通，确认拍摄时间、场地设施及使用须知。
* 确保场地包含绿幕、题词器、拍摄设备、补光设备、收音及录音设备等，并保持环境安静无干扰。
1. 个人准备：
* 着装：选择非绿色衣物，推荐白色、黑色、灰色等。避免穿着容易产生毛边的衣物（如毛衣），不穿带有密集条纹、方格或斑点的衣服。
* 发型与面部：确保面部干净，无零散发丝遮挡，额头与眉毛需露出，不佩戴墨镜或帽子。
1. 准备内容：熟悉3-5个常用动作及4-5分钟的演讲内容，并进行充分练习。
2. 音频素材：准备20句或100句标准词，熟练朗读并控制好语速。

**三、录制过程**

1. 视频素材录制：
* 在绿幕前进行录制，注意站位与绿幕保持一定距离，避免阴影或反光。
* 使用题词器辅助演讲，保持自然流畅的表达。
* 根据需要执行预先准备的常用动作。
* 录制时长约5-6分钟，确保内容完整且质量稳定。
1. 音频素材录制：
* 在安静的录音环境中进行。
* 使用高质量的录音设备，确保声音清晰无杂音。
* 按照标准词的顺序进行朗读，保持语速自然平稳。
* 重复录制直至达到满意效果。

**四、输出内容要求**
输出内容应为5-6分钟时长的4K MP4/MOV格式视频文件，确保画质清晰、声音清楚。对于音频部分，如果需要单独提取，也应提供相应的高质量音频文件。

**五、注意事项**

1. 严格遵守场地使用规定和拍摄时间安排。
2. 在录制过程中如有问题或需要帮助，及时与现场工作人员沟通。
3. 确保个人物品安全并妥善保管好录制的素材。