

《人工智能与旅游创新应用》

旅游海报 设计实训

模块四 生成式人工智能的旅游应用实训

旅游管理专业核心课程

主讲教师： ____ · 2026 秋季学期

MODULE 04 — PROJECT 03



CONTENTS · 本讲目录

一图 胜千言

PROMPT · RETOUCH
TYPOGRAPHY ·
SERIES

01 实训导航

任务书 · 评审标准 · 好差之辨 · 设计语言

02 AI 出图

提示词 · 文生图实操 · 抽卡逻辑 · 人工精修

03 排版规范

构图三式 · 字体搭配 · 色彩纪律 · 系列延展

04 评审复盘

盲评规则 · 优秀案例 · 避坑清单 · 版权红线

实训目标

成果导向

做出 主视觉

SHIP A REAL
KEY VISUAL

知识目标

能说出海报的**三秒法则**与构图三式；掌握文生图提示词的五要素结构。

能力目标

为项目一的方案产出**主海报 1 张 + 系列延展 3 张**，通过全班盲评。

素养目标

建立**版权与审美纪律**：不用无授权素材、不堆砌特效——克制是设计的教养。

两张海报，两种命运

同一场灯光节：官方海报把三十个信息塞进一张图——**游客划走了**；学生作品只放一个灯球和一行字——**被转发两万次，还进了简历**。

海报的第一使命是「美」还是「清楚」？

AI 出图时代，不会画画的人能做设计吗？

你的海报，三秒钟里说了什么？

实训主线：**写提示词 - 出图 - 精修 - 排版 - 盲评**，两周产出可交付主视觉。



01

PART

实训 导航

THE BR

① 任务书 ② 评审标准 ③ 好差之辨 ④ 设计语言

实训任务书：两周一套主视觉

海报不是「把信息放上去」——它是**三秒内让人心动的一击**：看一眼想去，再一眼记住。

——综合主流教材与业界通行表述

主任务

POSTER

为项目一方案设计**主海报一张**：竖版，含主题句与核心信息，三秒可读。

延展

SERIES

主视觉延展**三条渠道尺寸**：朋友圈方图、banner 横图、故事竖图。

约束

RULES

AI 可出图，但**素材须可溯源**；字体用免费可商用——版权红线一票否决。

评审方式是**全班盲评**——作品匿名投影，三秒停留测试：没人停的海报自己反思。

评审怎么算：三组数字

海报抓住注意力的时间窗口

3 秒

信息流里用户停留三秒——**三秒里没说清，等于没说**：这是所有设计的起点约束。

1 个

每张海报的核心信息上限

一个主题句 + 一个视觉锤——**多说的全是噪音**：想全说的结果是谁也没记住。

30%

盲评中「美观」的权重

好看只占三成——**传达效率占五成**：美是加分项，清楚是及格线。

2 周

实训总时长

第一周出图与主稿，第二周延展与打磨——**节奏比天赋重要**：DDL是第一生产力。

好海报 vs 差海报

差海报 · 信息墙

三十个卖点和一张大合照

什么都想说、字占一半、配色打架——**观众的三秒被浪费**：信息越全，记忆越零。

好海报 · 一击即中

一个灯球，一句「亮了」

一个焦点、一句人话、留白呼吸——**三秒完成心动**：想转发，就成功了一半。

自检三问：**三米外能看清吗？三秒内能懂吗？一周后还记得吗？**——三连过才算海报。

设计语言：三个入门要素

要素一 · 构图

眼往哪走

骨架

- 三分法放主体
- 视线引导留白
- 一个焦点不贪多

要素二 · 色彩

情绪定调

皮肤

- 主色一个辅色两个
- 氛围色温先定
- 色彩纪律高于特效

要素三 · 字体

声音说话

声音

- 标题字醒目有性格
- 正文字朴素好读
- 免费可商用是底线

入门心法 非科班的捷径：**先守纪律再谈创意**——构图稳、色彩省、字体准，三个不出错，海报已及格七成。

设计眼力：四阶进位

从「我觉得好看」到「我知道为什么」——**眼力是设计唯一的硬通货。**

阶一

会看热闹

「这张好酷」——**凭直觉**：说不出好在哪，先学会存图。

阶二

会拆要素

「主体在三分线上」——**能拆解**：构图色彩字体逐项说。

阶三

会判断

「信息层级乱了」——**能诊断**：看出问题并知道怎么改。

阶四

会决策

「砍掉这三条」——**能取舍**：敢于做减法是成熟的标志。

练法

眼力怎么涨

每天存三张心动海报 + 一句「为什么」——**标注式看图**。

两周后回看第一批收藏——**你会惊讶自己的变化**。

海报的四个去向

场景图谱

一张海报 去哪了

海报不是交完作业就完——它在四个战场替你说话。

设计前先想清楚它去哪。

01

信息流

社交媒体投放——**三秒定生死**：与百万内容抢注意力。

02

线下点位

电梯、地铁、门店——**三米外要能看清**：通勤路上没人凑近看。

03

销售页头图

预订页与详情页——**承接转化**：好看要能变成下单。

04

作品集

你的简历一页——**替你面试**：作品比绩点更有说服力。

实训导航：四问四答

Q1 海报的第一约束？

三秒法则——三秒内说清一个信息：想全说的结果是谁也没记住。

Q2 盲评的权重逻辑？

传达五成、美观三成、规范两成——**清楚是及格线，美是加分项。**

Q3 三秒测试怎么做？

作品匿名投影 **3秒即切**——谁的海报让人喊「等等」，谁就赢了。

Q4 非科班怎么快速及格？

守纪律——构图三分法、色彩三色内、字体可商用：不出错就是七十分。

02

PART 1

AI 出图

GENERATE THE

① 提示词 ② 实操流程 ③ 抽卡逻辑 ④ 人工精修

提示词五要素：像点菜一样说话

素①

主体

画什么

「一只发光的纸灯笼」
——**名词越具体越好：**
主体含糊全图含糊。

素②

环境

在哪画

「古镇石桥夜色中」
——**场景给画面坐标：**
环境错了主体白搭。

素③

风格

怎么画

「国风水墨海报风」——**定**
调不靠形容词堆：一个风格
词胜过十个「唯美的」。

素④

光线

什么光

「暖光低饱和」——**光即情**
绪：灯光节要暖、恐怖屋要
冷。

素⑤

用途

干嘛用

「海报构图留白」——
给文字留位置：忘了留
白，排版全重来。

五要素齐上一句话——**提示词是产品需求单：**写清楚的人拿到想要的结果。

实操流程：从想法到底图

第一步 · 写词

五要素拼成一段话——**先写中文想清楚再翻英文**：语言不是障碍，想法才是。

第二步 · 抽卡

一次出四张选一张——**不完美是常态**：抽三次不出，回去改词别硬抽。

第三步 · 定稿

选中后放大重绘——**细节在这一步补齐**：手、文字、边缘是重灾区。

一段合格的提示词

一只发光的纸灯笼悬浮于古镇石桥夜色，
国风水墨海报风格，暖光低饱和，
画面下方大面积留白供标题排版

提示词的核心是「**说人话 + 要素全**」——不是咒语，是需求沟通。

抽卡哲学：改词优于硬抽

无效努力 · 硬抽

同一段词刷二十遍

指望运气——**错的方向抽一百次还是错**：电费花了，图没成。

有效迭代 · 改词

每次只改一个要素

主体不对改主体、光不对改光——**变量隔离才知哪错**：三轮内必有突破。

抽卡纪律：**同词不过三，改词再抽卡**——AI 是工具，别把自己练成赌徒。

人工精修：四个必查点

精修图谱

AI 不管的 你来兜底

AI 出图九成可用，一成硬伤
——**四个部位是重灾区**，精修
全在它们身上。

人干最后百分之十的活。

01

文字区

AI 画的文字必乱——**标题必须后期加**：留白在这时就派上用场。

02

手与肢体

多指、断肢高发——**局部重绘修补**：遮住不行，改掉才行。

03

边缘构图

主体顶边、重心跑偏——**裁切二次构图**：三分法补救。

04

色调统一

局部色温打架——**统一滤镜收尾**：一张图一个滤镜，别贪多。

先算账：一张主视觉的成本

传统：设计师出一张海报（示意） 2000 元

10 元

AI 出图 + 人工精修（学生实训近乎零成本）

成本从 2000 元到 10 元

省在

绘制 底图分钟级生成——「会画」不再是门槛：会想变成新门槛。

快在

迭代 改词重出只要几分钟——方案改十版不心疼：比稿时代结束。

花在

判断 选图、精修、排版——审美判断是新的时薪：这十元八元花在眼睛上。

成本塌方改变行业结构——**设计从手艺活变成判断活**：你的竞争力从手移到了眼。

AI 绘图现状：三组数据

一张可用底图的平均生成耗时

30 秒

从想法到初稿半分钟——「画得慢」不再是借口：想法贫瘠才是。

4 张

一次生成的候选数

四选一加改词迭代——合格底图平均三轮：快不等于一蹴而就。

9 成

AI 图需要人工干预的比例

文字、手部、边缘是重灾区——精修不可省：纯出图直用是外行。

0 张

AI 能直接生成的成品海报

海报 = 图 + 文案 + 排版的系统工程——AI 只是起点：判断和组合仍是人的活。

AI 出图：四问四答

Q1 提示词五要素？

主体、环境、风格、光线、用途——像点菜一样说清需求，不是念咒语。

Q2 抽卡抽不出来怎么办？

同词不过三——改一个要素再抽：变量隔离才知道哪错。

Q3 AI 出图的四个重灾区？

文字、手、构图边缘、色调——标题必后期加，肢体必局部重绘。

Q4 AI 时代设计的门槛变成什么？

从「会画」变「**会想 + 会选**」——审美判断是新的时薪。

03

PART TI

排版 规范

TYPOGRAPHY &

① 构图三式 ② 字体搭配 ③ 色彩纪律 ④ 系列延展

构图三式：够用的三种骨架

式一 · 大图底

图做背景字在上

最稳

- 大图铺满出血
- 字压在留白处
- 适合氛围型海报

式二 · 分栏式

上图下文两分

最清晰

- 上七分图下三分文
- 信息层次分明
- 适合活动通知型

式三 · 蒙版式

字图交融一体

最出彩

- 文字与图互动
- 设计感强难度高
- 适合品牌形象型

选式建议 实训建议**从式一起步**——稳过及格线再碰式三：构图是骨架，骨架先稳后飘。

字体搭配：一主一辅一正文

主字体 · 标题

书法体或粗宋——**一眼定性格**：文旅海报的「气质担当」，全图只用一处。

辅字体 · 强调

黑体变体——**管数字与卖点**：与主字体拉开对比，信息才跳出来。

正文字 · 说明

细黑或宋体——**安静好读**：小字不抢戏，看得清就是胜利。

一套文旅字体方案

标题：书法体「夜航乌镇」

强调：粗黑「11.11 灯光节」

正文：细黑「凭票入场，一人一码」

字体纪律：**一张海报最多三种字体**——免费可商用是底线，版权红线一票否决。

色彩：纪律比技巧重要

失控配色 · 大盘

什么颜色都想用

彩虹渐变、饱和度拉满、图文同色——**眼睛不知看哪**：热闹是混乱的别名。

克制配色 · 一主二辅

定一个情绪用到底

主色定情绪、辅色做层次、无彩色做喘息——**统一即高级**：少即是多。

配色口诀：**主色一个、辅色两个、黑白灰随使用**——纪律之内，才有自由。

系列延展：一稿五用

用 ①

竖版主图

海报

2:3 竖版——**门面担当**：投放电梯与线上头图。

用 ②

方版

朋友圈

1:1 方图——**社交货币**：九宫格与转发场景。

用 ③

横版

banner

横幅裁切——**官网与 H5 头图**：主体居中适配两端。

用 ④

故事版

竖屏

9:16 全屏——**短视频封面**：上安全下主体，别被进度条吃掉。

用 ⑤

周边延展

物料

门票、手环、工作证——**视觉资产复用**：一套 KV 全场景通吃。

延展的本质是**视觉资产化**——设计一次，处处开花：这就是主视觉的「主」字。

延展实战：一张灯球的全渠道

CASE · 延展实录

任务：往届小组「夜航乌镇」主视觉的五种延展

母版 主海报：一只灯球 + 书法标题
+ 大面积留白

成果 五渠道延展 + 盲评全场第一，作品入选系展

- **定母版（决策）**：灯球放在右三分线——**左上留白给标题**：这个决定让延展全部顺理成章。
- **做适配（执行）**：方图居中、横图左移、竖屏上移——**主体不变只动坐标**：五张图一小时出齐。
- **守规范（质检）**：五版逐一查字体字号色彩——**延展最易走样**：走样一次，品牌感即散。

效果

盲评评委点评「像专业公司出的全套」——**系统性是设计成熟的标志。**

教训

故事版初稿主体偏下——**被平台进度条压住**：安全区规范要提前背。

启示

母版决定延展上限——**留白不是浪费是接口**：会留白才会延展。

工作流程：传统 vs AI 辅助

传统流程 · 手艺密集

环节	做法
素材	拍摄或图库购买
绘制	软件手绘合成
改稿	一版一改以天计
门槛	手上功夫定上限

AI 辅助 · 判断密集

环节	做法
素材	提示词生成底图
合成	AI 出图 + 人工精修
改稿	改词重出以分钟计
门槛	眼力与审美定上限

流程变了，**评价标准没变**——三秒说清一件事，从未改变：变的只是抵达方式。

排版规范：四问四答

Q1 构图从哪式起步？

大图底式——图做背景字压留白：最稳的及格线，式三留给进阶。

Q2 字体的纪律？

一主一辅一正文，最多三种——免费可商用是底线，版权一票否决。

Q3 配色的口诀？

主色一个辅色两个黑白灰随便——统一即高级，少即是多。

Q4 延展的要点？

母版留白 + 主体只动坐标——五渠道一小时，系统不走样。

04

PART F

评审 复盘

REVIEW & RE

① 盲评规则 ② 优秀案例 ③ 避坑清单 ④ 版权红线

盲评：把评价权交给眼睛

作品匿名、三秒停留、举手投票——**盲评模拟的是真实信息流**：没有人知道作者是谁，眼睛只认作品。

—— 综合主流教材与业界通行表述

匿名

BLIND

文件重命名编号——**剥离人情分**：好作品不需要署名壮胆。

三秒

TIMING

每张停留三秒——**模拟刷信息流的节奏**：三秒无感即被划走。

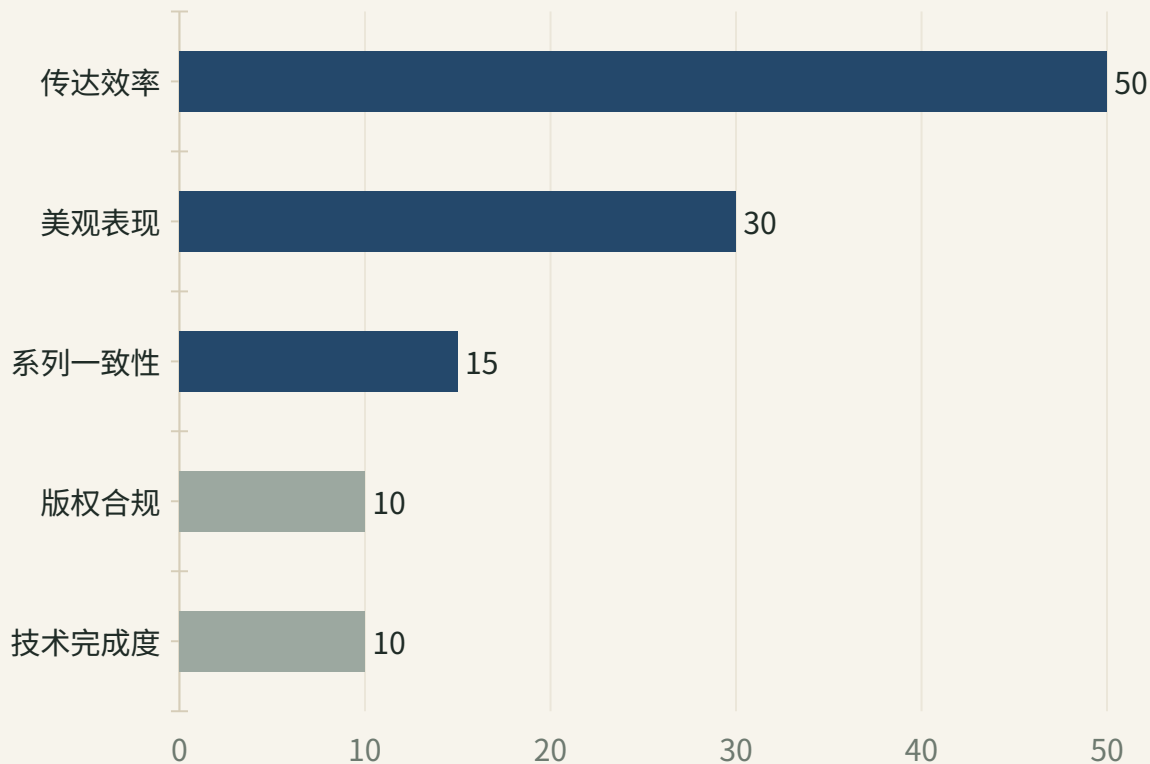
投票

VOTE

全场举手表态 + 一句话理由——**直觉票 + 理性票**：结果当场揭晓。

盲评的意义：**训练被真实市场检验的心理素质**——被划走不丢人，不知道为什么才丢人。

盲评评分构成



看清权重再分配精力——先把话说清楚，再谈说得好听：顺序反了就是本末倒置。

50%

传达效率占一半——三秒说清了吗：
海报的天职

30%

美观表现三成——耐看的高级感：在
克制不在堆料

10%

版权合规是门槛分——不合规直接出
局，不进入评分

优秀案例：往届第一的复盘

CASE · 冠军复盘

任务：「夜航乌镇」——盲评第一作品的完整复盘

成绩 盲评全场第一 + 系展收藏 + 文旅局实习 offer

耗时 两周：出图 3 天、排版 5 天、延展与打磨 6 天

- **做减法（取舍）**：初稿塞了七条信息——**砍到只剩「灯球 + 日期」**：每一次砍都在加分。
- **敢留白（勇气）**：版面留白近四成——**「空」比「满」需要胆量**：评委记住了那份从容。
- **慢打磨（耐心）**：标题字距调了十一遍——**最后一遍是质变**：细节的复利在盲评兑现。

效果

三秒测试全场唯一「喊等等」的作品——**克制赢了热闹**。

教训

出图曾陷入硬抽泥潭——**刷了一下午电费**：改词三分钟解决的事。

启示

设计的胜负在**判断而非手速**——砍什么、留什么、空多少：眼力是练出来的。

往届三坑，对症下药

坑① 堆料失焦

特效、渐变、描边全用上——**每处都在抢戏**：结果是全场没人记得主信息。

坑② 延展走样

五张图五种感觉——**主视觉散架**：系列不系列，一眼就穿帮。

坑③ 版权裸奔

随手搜图当素材、用微软雅黑做标题——**一票否决项**：能力问题扣分，态度问题出局。

对症下药

做减法→ 每加一个元素先问必要性

母版制→ 延展只动坐标不动元素

白名单→ 字体素材只用可商用清单

版权红线：三条底线

字体

用免费可商用字体

思源黑体、霞鹜文楷等——微软雅黑商用须授权

图片

素材须可溯源

AI 生成保留过程记录——搜图当素材属侵权

标识

AI 生成内容须标识

深度合成图需标注「AI 生成」——法规要求

一条红线

胜过十分创意

版权事故是**职业生涯的地雷**：能力可以练，

踩线没法补救——白名单习惯从实训养成。

课堂辩论：审美能被数据衡量吗

盲评投票、三秒测试、完播率——设计好不好，数据说了算还是眼光说了算？

——议题背景

数据派

- 三秒停留不会撒谎——**注意力是真金白银**
- 盲评匿名投票——**比权威点评更民主**
- A/B 测试可复验——**直觉无法证伪**

眼光派

- 爆款不等于好设计——**讨好与引领是两回事**
- 数据只能选「较不差」——**选不出「更惊艳」**
- 审美需要长期主义——**唯数据是短期鸦片**

VS

讨论规则：双方必须回答——「**给文旅局提的主视觉方案，你信数据还是信眼光**」？**落到决策场景讨论。**

带走的清单：两周六件事

海报冲刺，六件事按序做：

01 定主题句 一句话说清海报主张，先文字后画面

02 写提示词 五要素齐上，中英对照检查

03 出图抽卡 同词不过三，改词再抽

04 排版合成 构图三式选一，字体三种为限

05 延展适配 五渠道尺寸，只动坐标

06 合规自查 字体图片 AI 标识逐项过

四个问题，四个答案

Q1 海报设计的第一原则？

三秒说清一件事——传达效率占评分一半：想全说等于谁也没说。

Q2 AI 出图的正确姿势？

提示词五要素 + 同词不过三——改词优于硬抽：AI 是工具不是赌桌。

Q3 非科班的及格线？

守纪律——构图稳、三色内、三字体：不出错即七十分。

Q4 延展为什么重要？

视觉资产化——一套 KV 五渠道通吃：会留白的母版决定延展上限。

作业：主视觉全套

思考题 · 下次课开篇讨论

想一想 01 你的海报砍掉了哪些舍不得的信息？为什么？

想一想 02 盲评时你停在谁的海报上？它做对了什么？

课后作业 · 实践任务

主海报

提交竖版主海报：含主题句、核心信息、AI 出图过程记录与提示词

PSD/PNG 均可，过程记录必附

延展套图

提交三张延展（方图、横图、故事版）：与母版视觉一致

尺寸规格见平台模板

课程平台提交，盲评安排在实训最后两周

实训资源包

字体

免费可商用字体库

思源、霞鹜、站酷系列——白名单直接取用。

工具

AI 绘图与修图

出图、局部重绘、抠图——各挑一款练熟。

范例

文旅海报年鉴

历年获奖文旅海报——看留白与克制。

规范

平台尺寸规范表

各渠道安全区与规格——延展前先查表。

每天存一张心动海报并写下为什么——**眼力是喂出来的。**

项目四：旅游短视频内容生成实训

MODULE 04 · PROJECT 04

动起来 更抓人

从平面到影像

01 短视频实训

为主视觉注入时间轴—— **15秒也讲好故事。**

02 AI 视频工具

文生视频、图生视频、智能剪辑—— **全流程实操。**

03 数据复盘

完播率与互动—— **用数据校准审美。**