

全国计算机等级 考试一级教程



教育部考试中心

——计算机基础及 MS Office 应用上机指导 (2016年版)

高等教育出版社

全国计算机等级考试一级教程

——计算机基础及 MS Office 应用 上机指导(2016 年版)

Quanguo Jisuanji Dengji Kaoshi Yiji Jiaocheng
——Jisuanji Jichu ji MS Office Yingyong Shangji Zhidao

教育部考试中心

朱鸣华 孟华 赵铭伟



高等教育出版社·北京

内容提要

本书是与《全国计算机等级考试一级教程——计算机基础及 MS Office 应用(2016年版)》配套的实验指导教材,是根据教育部考试中心制定的“全国计算机等级一级 MS Office 考试大纲(2013年版)”进行编写的,并兼顾实际应用的需求,适当进行了扩展。

教材共分5章,主要包括 Windows 7 操作实验、Word 2010 文字处理实验、Excel 2010 电子表格操作实验、PowerPoint 演示文稿实验以及计算机网络实验。本书面向实际应用,配合主教材,主要讲述对计算机操作系统以及办公应用软件和计算机网络的具体操作步骤和方法,具有可操作性强、实用性好的特点。通过使用本教材进行练习,可以使读者能够轻松掌握计算机系统和 Office 办公软件的操作和应用,具备初步的利用计算机的基本技能。

本书可作为中高等院校学生参加全国计算机等级考试的指导实验教材,亦可作为各类读者自学的计算机入门教材。

图书在版编目(CIP)数据

全国计算机等级考试一级教程:2016年版.计算机基础及 MS Office 应用上机指导 / 教育部考试中心编. -- 北京:高等教育出版社,2016.1

ISBN 978-7-04-044455-1

I. ①全… II. ①教… III. ①电子计算机-水平考试-教材②办公自动化-应用软件-水平考试-教材 IV.

①TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 285087 号

策划编辑 何新权 责任编辑 何新权 封面设计 杨立新 版式设计 马敬茹
责任校对 窦丽娜 责任印制 刘思涵

出版发行	高等教育出版社	网 址	http://www.hep.edu.cn
社 址	北京市西城区德外大街 4 号		http://www.hep.com.cn
邮政编码	100120	网上订购	http://www.hepmall.com
印 刷	山东鸿君杰文化发展有限公司		http://www.hepmall.com.cn
开 本	787mm×1092mm 1/16		http://www.hepmall.cn
印 张	12.75	版 次	2016年1月第1版
字 数	310千字	印 次	2016年1月第1次印刷
购书热线	010-58581118	定 价	30.00元
咨询电话	400-810-0598		

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换

版权所有 侵权必究

物料号 44455-00

积极发展全国计算机等级考试 为培养计算机应用专门人才、促进信息 产业发展作出贡献 (序)

中国科协副主席 中国系统仿真学会理事长
第五届全国计算机等级考试委员会主任委员
赵沁平

当今,人类正在步入一个以智力资源的占有和配置,知识生产、分配和使用为最重要因素的知识经济时代,也就是小平同志提出的“科学技术是第一生产力”的时代。世界各国的竞争已成为以经济为基础、以科技(特别是高科技)为先导的综合国力的竞争。在高科技中,信息科学技术是知识高度密集、学科高度综合、具有科学与技术融合特征的学科。它直接渗透到经济、文化和社会的各个领域,迅速改变着人们的工作、生活和社会的结构,是当代发展知识经济的支柱之一。

在信息科学技术中,计算机硬件及通信设施是载体,计算机软件是核心。软件是人类知识的固化,是知识经济的基本表征,软件已成为信息时代的新型“物理设施”。人类抽象的经验、知识正逐步由软件予以精确地体现。在信息时代,软件是信息化的核心,国民经济和国防建设、社会发展、人民生活都离不开软件,软件无处不在。软件产业是增长快速的朝阳产业,是具有高附加值、高投入高产出、无污染、低能耗的绿色产业。软件产业的发展将推动知识经济的进程,促进从注重量的增长向注重质的提高方向发展。软件产业是关系到国家经济安全和文化安全,体现国家综合实力,决定 21 世纪国际竞争地位的战略产业。

为了适应知识经济发展的需要,大力促进信息产业的发展,需要在全民中普及计算机的基本知识,培养一批又一批能熟练运用计算机和软件技术的各行各业的应用型人才。

1994 年,国家教委(现教育部)推出了全国计算机等级考试,这是一种专门评价应试人员对计算机软硬件实际掌握能力的考试。它不限制报考人员的学历和年龄,从而为培养各行业计算机应用人才开辟了一条广阔的道路。

1994 年是推出全国计算机等级考试的第一年,当年参加考试的有 1 万余人,2012 年报考人数已达 549 万人。截至 2013 年年底,全国计算机等级考试共开考 38 次,考生人数累计达 5 422 万人,有 2 067 万人获得了各级计算机等级证书。

事实说明,鼓励社会各阶层人士通过各种途径掌握计算机应用技术,并通过等级考试对他们的能力予以科学、公正、权威性的认证,是一种比较好的、有效的计算机应用人才培养途径,符合我国的具体国情。等级考试同时也为用人单位录用和考核人员提供了一种测评手段。从有关公司对等级考试所作的社会抽样调查结果看,不论是管理人员还是应试人员,对该项考试的内容和

形式都给予了充分肯定。

计算机技术日新月异。全国计算机等级考试大纲顺应技术发展和社会需求的变化,从2010年开始对新版考试大纲进行调研和修订,在考试体系、考试内容、考试形式等方面都做了较大调整,希望等级考试更能反映当前计算机技术的应用实际,使培养计算机应用人才的工作更健康地向前发展。

全国计算机等级考试取得了良好的效果,这有赖于各有关单位专家在等级考试的大纲编写、试题设计、阅卷评分及效果分析等多项工作中付出的大量心血和辛勤劳动,他们为这项工作的开展作出了重要的贡献。我们在此向他们表示衷心的感谢!

我们相信,在21世纪知识经济和加快发展信息产业的形势下,在教育部考试中心的精心组织领导下,在全国各有关专家的大力配合下,全国计算机等级考试一定会以“激励引导成才,科学评价用才,服务社会选材”为目标,服务考生和社会,为我国培养计算机应用专门人才的事业作出更大的贡献。

前 言

本书是与《全国计算机等级考试一级教程——计算机基础及 MS Office 应用(2016 年版)》配套的实验指导教材,是根据教育部考试中心制定的“全国计算机等级一级 MS Office 考试大纲(2013 年版)”进行编写的,并兼顾实际应用的需求,适当进行了扩展。

教材共分 5 章,主要包括 Windows 7 操作实验、Word 2010 文字处理实验、Excel 2010 电子表格操作实验、PowerPoint 演示文稿实验以及计算机网络实验。本书面向实际应用,配合主教材,主要讲述对计算机操作系统以及办公应用软件和计算机网络的具体操作步骤和方法。教材具有可操作性强、实用性好的特点,可作为中、高等院校学生参加全国计算机等级考试的指导实验教材,亦可作为各类读者自学的计算机入门教材。通过使用本教材进行练习,可以使读者能够轻松掌握计算机系统和 Office 办公软件的操作和应用,具备初步的利用计算机的基本技能。

参加本书编写的有朱鸣华、孟华、赵铭伟、刘文飞。其中,刘文飞编写第 1 章,朱鸣华编写第 2 章,孟华编写 3 章,孟华、朱鸣华编写第 4 章,赵铭伟、刘文飞编写第 5 章。

因时间仓促,书中难免有疏漏及不足之处,恳请广大读者提出批评指正。

编者

目 录

第 1 章 Windows 7 操作实验	1
1.1 Windows 7 的基本操作	1
1.2 文件与文件夹操作	14
1.3 控制面板	20
第 2 章 Word 2010 操作实验	26
2.1 Word 2010 的启动及窗口功能介绍	26
2.2 Word 文档的建立与编辑	28
2.3 文档的排版与打印	30
2.4 表格的建立与编辑	37
2.5 图文混排	42
2.6 综合实验	50
2.7 综合练习	62
第 3 章 Excel 2010 操作实验	69
3.1 工作簿的基本操作	69
3.2 建立与编辑工作表	72
3.3 使用工作表	76
3.4 格式化工作表	79
3.5 使用公式与函数	88
3.6 图表的制作	94
3.7 数据清单的操作	98
3.8 综合练习	109
第 4 章 PowerPoint 2010 操作实验	120
4.1 演示文稿的基本操作	120
4.2 幻灯片的制作与格式化	122
4.3 演示文稿外观的设置	127
4.4 幻灯片播放效果的设置	134
4.5 演示文稿的放映	138
4.6 综合练习	142
第 5 章 网络操作实验	150
5.1 检查 TCP/IP 配置、检测网络连接	150
5.2 浏览器(Internet Explorer)	153
5.3 电子邮件	168

5.4 使用 FTP 进行文件传输	180
5.5 用户接入 Internet 方式	186
附录 全国计算机等级考试一级 MS Office 考试大纲(2013 年版)	192

Windows 7 操作实验

操作系统(Operating System, OS)是一组包含许多模块的计算机程序,以完成管理、调度、控制计算机中硬件和软件资源,合理地组织计算机的工作流程,使计算机发挥更大的效能。除此之外,操作系统还负责解释用户对计算机的管理命令,将它转化为计算机实际的操作,并为用户提供使用方便和可扩展的操作计算机环境及界面。计算机的用户是通过操作系统来与计算机沟通的。计算机仅有硬件是无法工作的,它还需要软件的支持,硬件系统和软件系统构成了完整的计算机系统。

Windows 操作系统是 Microsoft 公司继 DOS 系统后开发的新一代基于图形用户界面的窗口式操作系统,由于其简单的操作方式、友好的图形窗口操作界面和强大的系统功能,目前已成为微机领域广泛使用的主流操作系统。Windows 系统采用图形窗口界面,操作简单,用户对计算机的各种复杂的操作只通过点击鼠标就可以实现。本章重点练习 Windows 7 操作系统的基本操作和设置。

1.1 Windows 7 的基本操作

一、实验目的

- ① 认识 Windows 7 桌面环境及其组成。
- ② 掌握 Windows 7 桌面设置的基本方法。
- ③ 掌握 Windows 7 任务栏与「开始」菜单的设置方法。
- ④ 掌握 Windows 7 任务管理器的使用。
- ⑤ 掌握中文输入法及系统日期的设置方法。

二、实验内容

1. 桌面的设置

桌面是打开计算机并启动 Windows 之后看到的主屏幕区域,也是 Windows 组织和管理资源的一种有效方式。桌面上主要有常用管理程序图标、应用程序的快捷方式、桌面背景及任务栏。当打开程序或文件夹时,它们便会出现在桌面上,还可以将一些项目放在桌面上,并且随意排列

它们。

(1) 桌面外观设置

【操作方法】

① 右击桌面空白处,在弹出的快捷菜单中选择“个性化”,打开“个性化”面板如图 1-1 所示。

② 在“Aero”主题下,直接单击所选中的主题即可改变当前桌面外观。



图 1-1 “个性化”设置面板

(2) 桌面背景设置

如果需要自定义个性化桌面背景,可以进行如下操作。

【操作方法】

① 在打开的“个性化”窗口图 1-1 中单击“桌面背景”选项,打开自定义“桌面背景”窗口,如图 1-2 所示。

② 在打开的窗口中,通过“图片位置”或“浏览”按钮,选择自己喜欢的图片,可以是 1 张图片,也可以是多张照片创建的幻灯片。当用幻灯片作背景时,可以通过“更改图片时间间隔”来设置图片更换的速度。

③ 单击“更改屏幕保护程序”,在打开的对话框中选择自己喜欢的屏幕保护程序,如“三维文字”,在“等待”文本框中可设置等待的时间。

④ 单击“设置”按钮,可通过打开的“三维文字设置”对话框对文字内容、大小、旋转速度等进行设置。



图 1-2 自定义桌面背景窗口

⑤ 单击“保存修改”按钮,退出设置。

(3) 桌面小工具使用

Windows 7 提供了时钟、日历等小工具。右击桌面空白处,在弹出的快捷菜单中选择“小工具”,即可打开“小工具”管理面板,可以直接将要使用的小工具拖动到桌面。也可以通过控制面板的“程序”项添加喜欢的小工具。例如,将“时钟”工具添加到桌面,操作步骤如下。

【操作方法】

① 鼠标右击桌面空白处,在弹出的快捷菜单中选择“小工具”,可打开“小工具”管理面板,将“时钟”小工具拖动到桌面。

② 将鼠标指针指向时钟,待出现操作提示后,单击右侧上方“选项”按钮,打开属性设置界面,如图 1-3 所示。在设置界面中可以选择时钟形状、是否设置秒针等属性。

③ 也可以在“程序”窗口中单击“桌面小工具库”,右击“时钟”,在弹出的快捷菜单中选择“添加”,即可在桌面添加一个时钟小工具。

(4) 显示、排列桌面图标

图标是代表文件、文件夹、程序或其他项目的小图片。首次启动 Windows 时,桌面上至少可以看到一个“回收站”图标。桌面上的图标代表可以运行的应用程序或常用的文件和文件夹。用户可以根据自己的需要和爱好设置桌面,可以将常用应用程序的快捷方式、文件或文件夹放在桌面,以方便自己的使用。图标可以被删除和重新命名。双击图标,就可以启动它所代表的应用程序或打开文件和文件夹。

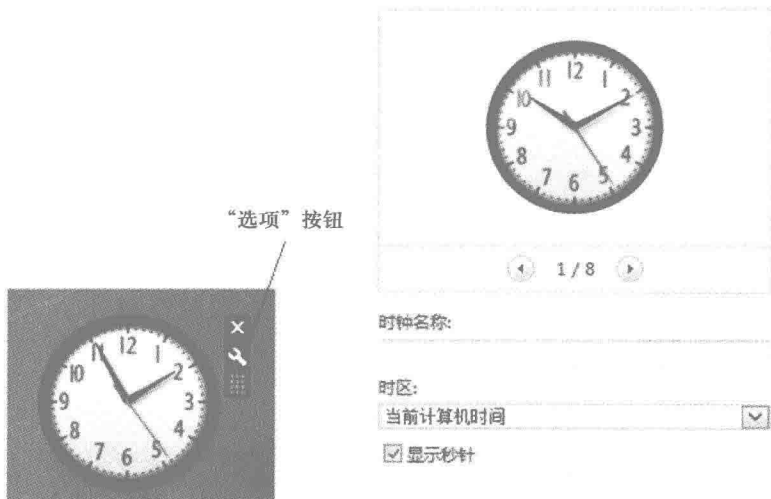


图 1-3 设置“时钟”小工具属性

【操作方法】

- ① 将鼠标指向桌面空白处并单击右键,弹出快捷菜单。
- ② 将鼠标指针移至“查看”选项,显示其级联菜单,如图 1-4 所示,可选择不同大小的图标以及按不同的方式对图标进行排列。
- ③ 将鼠标指针移至“排列方式”选项,显示其级联菜单,如图 1-5 所示,可选择按名称、大小、项目类型或修改日期对图标进行排列。

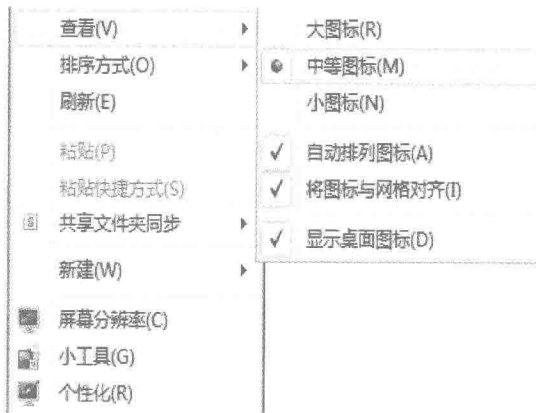


图 1-4 查看图标

此外,用户也可以在桌面上选中图标拖动到任意指定位置。应该注意的是,当选择“自动排列图标”后,用户就无法任意拖动鼠标排列图标了。

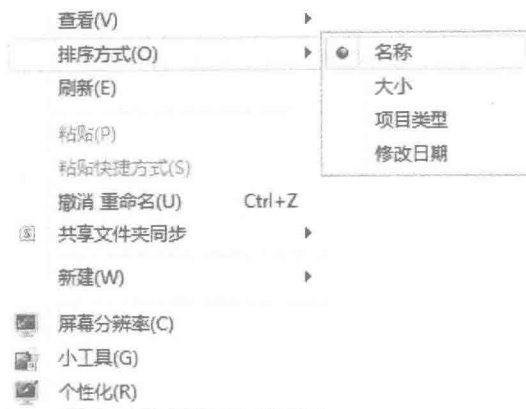


图 1-5 排列图标

2. 任务栏和「开始」菜单设置

任务栏位于桌面底部,包括「开始」按钮、通知区域及时钟、输入方式状态图标等。在任务栏中显示已打开应用程序的大图标按钮。每次打开一个窗口时,代表该程序的按钮就会出现在任务栏上。关闭窗口后,该按钮将消失。鼠标移动到图标上时会出现已打开窗口缩略窗口。当按钮太多而堆积时,Windows 可自动实现群组,使任务栏保持整洁。

(1) 设置任务栏自动隐藏

【操作方法】

- ① 将鼠标指向任务栏并单击右键,弹出快捷菜单。
- ② 选择其中的“属性”命令,打开如图 1-6 所示的“任务栏和「开始」菜单属性”对话框。

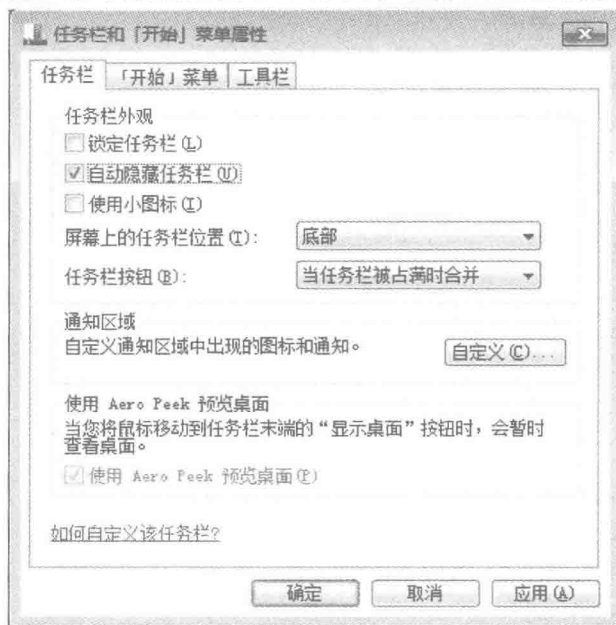


图 1-6 “任务栏和「开始」菜单属性”对话框

③ 选择“任务栏和「开始」菜单属性”对话框中的“任务栏”选项卡。

④ 选中“自动隐藏任务栏”复选框,单击“应用”及“确定”按钮,则任务栏将自动隐藏。任务栏隐藏后,当鼠标移动到任务栏位置时任务栏才会显示出来。

(2) 设置「开始」菜单

「开始」按钮位于任务栏左侧。单击「开始」按钮,则显示「开始」菜单。「开始」菜单集成了系统的所有功能,Windows 系统的所有操作都可以从这里开始,从这里可以启动程序、打开文件、使用“控制面板”自定义系统、获得帮助和支持、搜索程序和文件以及完成更多的工作。单击某项,则直接打开所关联的文件、文件夹或应用程序。

【操作方法】

① 将鼠标指向任务栏并单击右键,弹出快捷菜单。

② 选择其中的“属性”命令,打开如图 1-6 所示的对话框。

③ 选择“任务栏和「开始」菜单属性”对话框中的“「开始」菜单”选项卡,单击“自定义”按钮,则打开“自定义「开始」菜单”对话框,如图 1-7 所示。

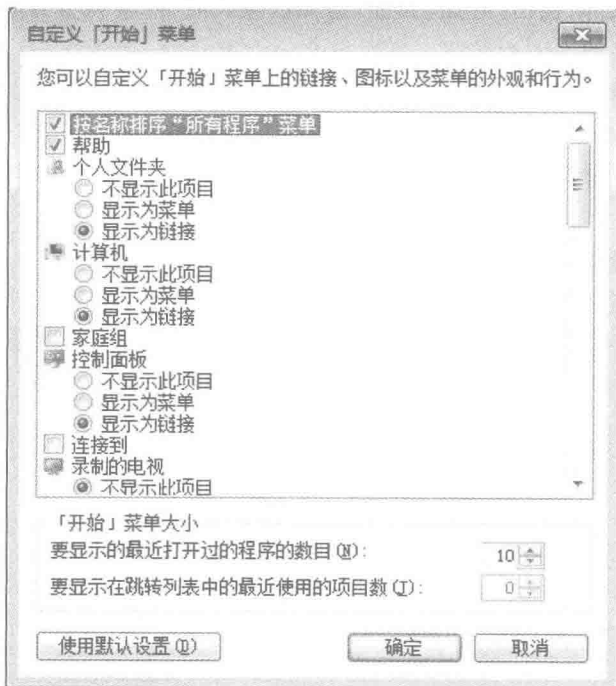


图 1-7 “自定义「开始」菜单”对话框

④ 单击“自定义”按钮,可以对「开始」菜单中的链接、图标及「开始」菜单的外观、「开始」菜单最近打开程序的数目进行设置。

⑤ 单击“确定”按钮即完成「开始」菜单的设置。

(3) 设置系统日期和时间

【操作方法】

① 单击任务栏右侧的“日期和时间”,在弹出的窗口中单击“更改日期和时间设置”,打开如

图 1-8 所示的“日期和时间”对话框。



图 1-8 “日期和时间”对话框

② 在“日期和时间”对话框中选择“日期和时间”选项卡,单击“更改日期和时间”按钮,进行日期和时间设置。

③ 单击“确定”按钮,即可完成日期和时间的设置。

3. 资源管理器的使用

Windows 7 的“计算机”和“资源管理器”是管理计算机资源的主要管理程序,也是实现文件和文件夹操作的有力工具。Windows 资源管理器的地址栏用级联按钮取代传统的纯文本方式,地址栏将不同层级路径由不同按钮分割,用户通过单击按钮即可实现目录跳转。通过资源管理器可以完成对计算机的各种操作。

利用“Windows 资源管理器”查看 C 盘 Program Files 文件夹下的内容的操作如下。

【操作方法】

① 选择“开始”→“所有程序”→“附件”→“Windows 资源管理器”;或者用鼠标右击“开始”按钮,从弹出的快捷菜单中选择“打开 Windows 资源管理器”命令,打开如图 1-9 所示的资源管理器窗口。

② 在 Windows 7 资源管理器窗口左边的导航窗格中提供了“收藏夹”“库”“计算机”和“网络”等链接,可以使用这些链接快速跳转到目的结点。单击左边窗口中的“本地磁盘(C:)”,则



图 1-9 资源管理器窗口

在内容窗格中显示的即是 C 盘的内容,如图 1-10 所示。

③ 在内容窗格中双击 Program Files 文件夹,则显示出此文件夹所包含的内容。

④ 在 Windows 7 资源管理器窗口左边的“收藏夹”中预置了几个常用的目录链接,如“下载”“桌面”“最近访问的位置”等,以方便用户的使用,如将某文件直接拖动到桌面。

4. 任务管理器的使用

Windows 任务管理器是管理计算机中运行的程序的应用程序,它提供了有关计算机性能的信息,并显示了计算机上运行的程序和进程的详细情况。通过任务管理器,可以查看有关计算机的性能信息,管理当前正在运行的应用程序和进程。

下面介绍通过任务管理器查看系统进程、终止“画图”应用程序的方法。

【操作方法】

① 首先启动“画图”程序。

② 将鼠标指向任务栏空白处并单击右键,(也可以同时按住 Ctrl+Alt+Del 组合键),在弹出的快捷菜单中选择“启动任务管理器(K)”命令,打开“Windows 任务管理器”窗口,如图 1-11 所示。

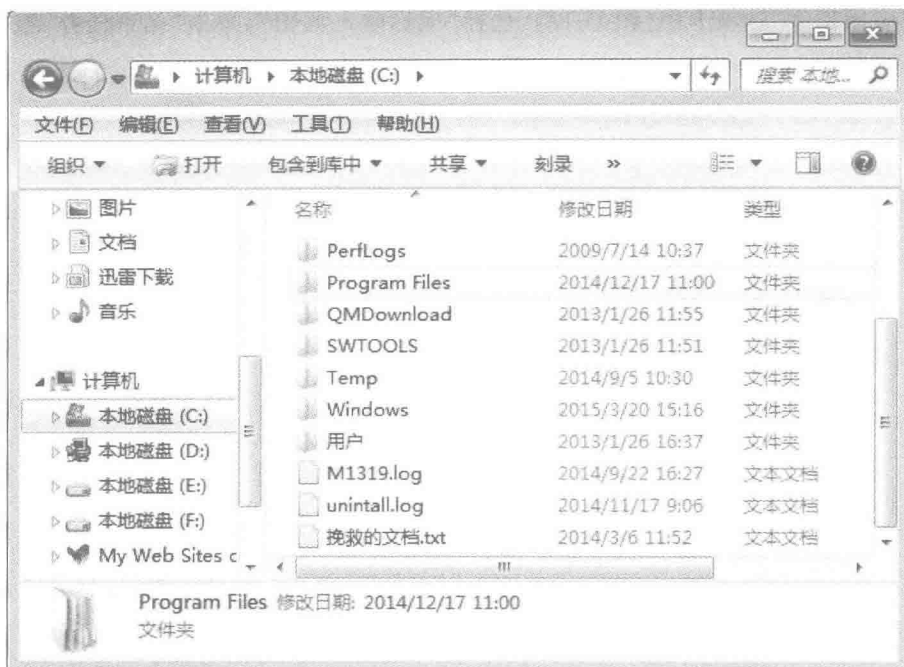


图 1-10 “本地磁盘 (C:)”内容列表



图 1-11 “Windows 任务管理器”窗口

③ 单击“进程”选项卡,在“进程”选项卡中可查看到系统当前的进程及 CPU 的使用情况。