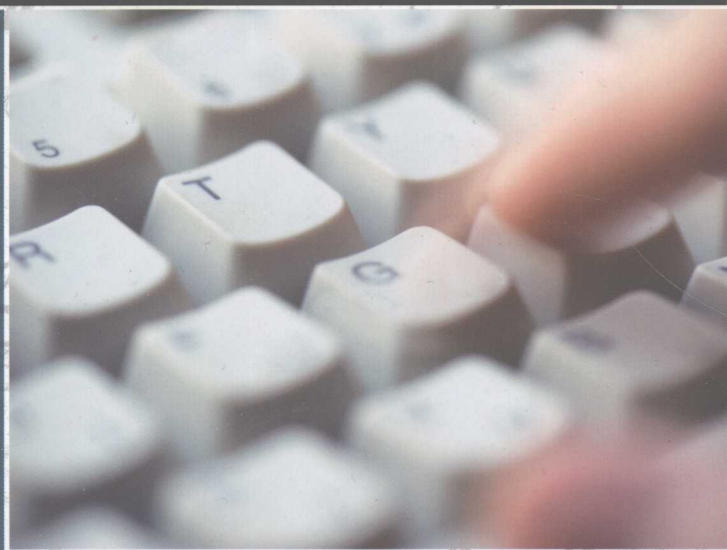




职业教育规划教材·计算机系列

刘贵强 郑 静 主 编
么丽颖 李 君 副主编

中英文打字



中国计划出版社

职业教育规划教材·计算机系列

中英文打字

内容简介

刘贵强 郑 静 主 编

么丽颖 李 君 副主编

江苏工业学院图书馆
藏书章

中国计划出版社

图书在版编目(CIP)数据

中英文打字 / 刘贵强, 郑静主编. —北京: 中国计划出版社, 2008.5

职业教育规划教材. 计算机系列

ISBN 978-7-80242-100-4

I. 中… II. ①刘…②郑… III. ①汉字编码—输入—职业教育—教材②英文—输入—职业教育—教材 IV. TP391.14

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第057513号

内 容 简 介

本书主要介绍进行中英文打字的方法。全书共9章,详细讲解了使用键盘的正确姿势及指法,使用金山打字2006软件进行英文输入的方法,各种常用中文输入法的相关设置和使用技巧,对五笔字型的汉字拆分方法、汉字编码方式、简码输入规则、词组输入规则作了完整的解释,并专门安排一章进行练习和测试,还介绍了五笔加加Plus的使用方法。

本书由浅入深,图文并茂,理论与操作相结合,保证了知识的相对完整性和系统性,使读者在学习时能够快速入门。

本书适合作为职业教育相关课程的教材,也适合作为文字录入人员的自学用书。

职业教育规划教材·计算机系列

中英文打字

刘贵强 郑 静 主 编

☆

中国计划出版社出版

(地址:北京市西城区木樨地北里甲11号国宏大厦C座4层)

(邮政编码:100038 电话:63906433 63906381)

新华书店北京发行所发行

北京市艺辉印刷有限公司印刷

787×1092毫米 1/16 12.5印张 304千字

2008年5月第一版 2008年5月第一次印刷

印数1—4000册

☆

ISBN 978-7-80242-100-4

定价:19.00元

随着人们生活水平的提高,计算机已经普及到千家万户和社会中的各行各业。使用计算机,通常要学会在计算机中输入汉字和字符。

利用各种输入法输入字符和汉字已经成为计算机用户必须掌握的技能。字符输入主要包括中文输入和英文输入,常用的输入法工具有很多种,初学者往往无从选择。针对这种情况,我们编辑了《中英文打字》一书。

本书根据文字处理人员对电脑知识需求的特点,进行了针对性的内容编排,力求使读者在最短的时间内掌握中英文输入的方法,以及文件排版等操作。在内容上注重实用为先,收集了多种输入法的使用技巧。

在讲解上注重图文并茂,采用全程图解的方式,细致地进行分步讲解,并将重点操作在图上进行标注。讲解时还提供了大量“提示”、“注意”等栏目,真正将编者在学习过程中积累的技巧和心得完完全全地传授给读者,教会读者生活和工作中真正能用到的知识。

在编排上注重活学活用。书中的“实战实训”栏目,用任务来驱动,根据用户实际使用的需要取材谋篇,以应用为目的,一步一步地将实现过程展示给读者。“综合练习”、“小结与提高”栏目,让读者能够针对所学内容温故而知新,真正做到举一反三。

本书共分9章,先给出正确的打字姿势及打字指法,然后分别介绍了英文输入和中文输入所使用的相应的输入软件,本书的重点之一是五笔字型输入法的使用,对于这部分的讲解,主要根据读者学习五笔字型输入法的过程,从五笔字型的原理、编码规则和操作方法进行了详细的讲解,并引导读者进行针对性的训练,使读者在最短的时间内提高中文打字速度。

本书由刘贵强、郑静主编,么丽颖、李君担任副主编。

本书坚持基础、技巧和经验并重,理论、操作和提高并举,实用性强,覆盖面广,对非计算机专业的从业人员、各基础类电脑短训班学员以及计算机初学者来说,无疑是一本首选的教材。

由于编写时间仓促,纰漏和错误之处在所难免,恳请读者一一指正。

编者

2008年3月

CONTENTS

目 录

第 1 章 键盘的使用.....1

1.1 熟悉键盘.....1	
1.1.1 键盘的功能.....1	
1.1.2 键盘的种类.....2	
1.1.3 标准键盘的各区介绍.....2	
1.2 打字的正确姿势.....6	
1.3 正确的指法.....7	
1.3.1 熟悉指法.....7	
1.3.2 练习指法.....8	
综合练习.....15	

第 2 章 英文输入.....17

2.1 金山打字 2006.....17	
2.1.1 启动与退出.....17	
2.1.2 功能模块.....18	
2.2 键位练习.....20	
2.2.1 初级键位练习.....20	
2.2.2 高级键位练习.....23	
2.2.3 键位输入游戏.....24	
2.2.4 数字键盘键位练习.....26	
2.3 单词练习.....27	
2.3.1 课程练习.....28	
2.3.2 单词输入游戏.....30	
2.4 文章练习.....32	
2.4.1 课程练习.....32	
2.4.2 文章输入游戏.....35	
2.5 速度测试.....37	
2.5.1 屏幕对照测试.....37	
2.5.2 书本对照测试.....39	
2.5.3 同声录入.....41	
实战实训.....44	
小结与提高.....47	
综合练习.....47	

第 3 章 中文输入法.....48

3.1 汉字编码.....48	
-----------------	--

3.1.1 汉字编码分类.....48	
3.1.2 计算机中的编码表.....49	
3.1.3 全角/半角字符.....50	
3.2 常用的中文输入法.....50	
3.3 Windows XP 操作系统中的中文输入法.....52	
3.3.1 调用中文输入法.....52	
3.3.2 删除与添加中文输入法.....53	
实战任务.....55	
3.4 微软拼音输入法 2003.....56	
3.4.1 基本操作.....57	
3.4.2 选择输入风格.....59	
3.4.3 选择拼音方式.....62	
3.4.4 设置模糊拼音.....65	
3.4.5 自学习、自造词功能.....66	
实战任务.....71	
实战实训.....73	
小结与提高.....74	
综合练习.....74	

第 4 章 智能 ABC 输入法.....76

4.1 智能 ABC 输入法的特点.....76	
4.2 全拼输入.....78	
4.2.1 全拼输入方法.....78	
4.2.2 全拼输入练习.....79	
实战任务.....81	
4.3 简拼输入.....84	
4.3.1 简拼输入方法.....84	
4.3.2 简拼输入练习.....85	
实战任务.....87	
4.4 混拼输入.....87	
4.4.1 混拼输入方法.....88	
4.4.2 混拼练习.....89	
实战任务.....89	
4.5 高级输入.....90	
4.5.1 笔形输入.....90	
4.5.2 双打输入.....93	
实战任务.....95	

4.6 特殊功能	96	6.2.5 合体字输入练习	142
4.6.1 强制记忆功能	96	6.2.6 合体字输入技巧	144
4.6.2 特殊的输入功能	97	实战任务	145
4.7 属性设置	98	6.3 单字输入练习	146
4.8 综合测试	99	实战实训	148
4.8.1 屏幕对照测试	99	小结与提高	148
4.8.2 书本对照测试	100	综合练习	148
实战实训	101		
小结与提高	103	第7章 简码和词组输入	150
综合练习	103	7.1 简码输入	150
第5章 五笔字型输入基础	104	7.1.1 一级简码	150
5.1 认识五笔	104	7.1.2 二级简码	152
5.1.1 笔画	104	7.1.3 三级简码	155
5.1.2 字根	105	7.2 词组	156
5.1.3 汉字的字型	107	7.2.1 双字词	156
5.1.4 汉字的结构	110	7.2.2 三字词	158
5.2 五笔字型的键盘布局	112	7.2.3 四字词和多字词	159
5.2.1 区位号	112	实战实训	160
5.2.2 键名字	114	小结与提高	162
5.2.3 字根分布规律	114	综合练习	162
5.2.4 字根助记歌	115		
5.2.5 字根分布练习	116	第8章 综合练习与测试	163
实战任务	117	8.1 综合练习	163
5.3 86版和98版五笔字型	118	8.1.1 难拆字输入练习	163
5.3.1 86版五笔字型的特点	118	8.1.2 文章输入练习	165
5.3.2 98版五笔字型的特点	119	8.2 综合测试	167
5.3.3 两种版本的区别	119	8.2.1 屏幕对照测试	167
实战实训	120	8.2.2 书本对照测试	169
小结与提高	121	8.2.3 同声录入	172
综合练习	121	小结与提高	176
第6章 单字输入	123	第9章 五笔加加 Plus	177
6.1 键面字	123	9.1 五笔加加 Plus 的特点	177
6.1.1 键名字输入	124	9.2 五笔加加 Plus 的安装	182
6.1.2 成字字根	125	9.3 设置属性	185
6.1.3 键面字输入练习	128	9.4 实时造词组和删除词组	185
实战任务	131	9.5 自定义符号编码	186
6.2 合体字	132	9.6 词库管理	187
6.2.1 合体字的取码规则	132	实战实训	188
6.2.2 末笔交叉识别码	135	小结与提高	190
6.2.3 合体字的编码规则	139	综合练习	190
6.2.4 取码规则总结	141	主要参考文献	191

第1章

键盘的使用

键盘是我们熟知的一种计算机输入设备，它也是使用最频繁的输入设备，系统控制命令及程序、英文/汉字字符的输入均由键盘完成。鉴于键盘作为输入设备的重要性，我们首先必须了解键盘的基础知识，掌握其基本的操作方法。

学习目标

- 熟悉键盘的结构
- 打字的正确姿势
- 练习正确指法

1.1 熟悉键盘

1.1.1 键盘的功能

键盘如图 1-1 所示，它是计算机系统中一个重要的输入设备，从计算机发明之初，键盘就占有非常重要的地位。使用计算机工作时，一刻也离不开键盘，如果系统不安装键盘，那么就连加电自检程序都通不过。用户输入命令、文字等，更是离不开键盘。

键盘的主要作用是信息的输入，而信息包括了“文字信息”和“控制信息”两种类型。

(1) 文字信息输入：指字符、数字和符号等的输入。

(2) 控制信息输入：指使计算机完成操作所需要的各种控制信息的输入。

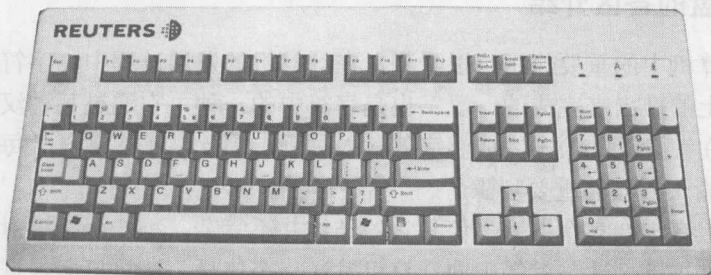


图 1-1 键盘

1.1.2 键盘的种类

键盘在计算机发展的过程中总的变化并不像鼠标那样明显,但为了适应不同人群的需要,其种类也可谓是五花八门,在外形、接口、传输方式和内部构造上均有不同的设计。

1. 按接口分类

键盘所使用的接口类型,从外观上可以分为标准接口、PS/2 接口和 USB 接口。这三种不同的接口除了在外形大小上各异外,在功能上并没有太大的区别。用户在使用时,可以借助于转换接线,将标准接口插到 PS/2 插座上,也可以将 PS/2 接口转换到标准键盘的接口上,方式比较灵活。

2. 按外形分类

多年来,键盘的造型变化不大,传统的矩形键盘依然是市场上用户的首选。除此之外,近年来还出现了人体工学键盘,用户将双手放置在这种键盘上时,不再需要通过弯曲手腕来适应键盘上按键的位置,只需按照双手的自然摆放位置进行放置,就可以与人体工学键盘的弧形相适应,有助于减轻计算机操作者在工作中的疲劳感。

3. 按构造分类

按照键盘上按键构造的不同,键盘可以分为机械式和薄膜式两种。

- 机械式键盘:组成机械式键盘的按键为微动开关,每个开关可以分别控制不同的信号。这类键盘的特点在于每个微动开关都是独立的,维修时只要将已经损坏的开关更换掉即可。
- 薄膜式键盘:这种键盘的内部是一片双层胶膜,胶膜的中间夹有一条条的银粉线,胶膜与按键对应的位置上有一个碳芯。当用户按下按键后,碳芯接触特定的几条银粉线,即会产生不同的信号。像机械式键盘按键一样,每个按键都可以送出不同的信号。这种键盘的特点是每个按键下面的弹性胶可以做防水处理,因此,薄膜式键盘又被称为防水键盘。

4. 按传输方式分类

按照传输方式的不同,键盘可以分为无线传输键盘和有线传输键盘。所谓无线传输键盘是利用红外线或无线电来取代传统的信号线,优点是可以不再与一堆信号线纠缠不清。采用红外线传输方式时,发射器与接收器必须限定在特定的范围之内,而且中间不能有太大的障碍存在。

1.1.3 标准键盘的各区介绍

从键盘在计算机中的重要作用可以看到,在计算机的发展过程中,字符的输入主要都是依靠手指在键盘上的敲击来完成的。汉字也是字符中的一种,它通过某种汉字输入法经过文字录入人员双手在键盘上的敲击完成汉字的输入过程。因此,了解键盘上每个按键的作用是学习和掌握汉字输入方法的重要步骤。

虽然在键盘上有 100 多个按键,但是它的结构并不复杂,每一个按键对应着一个计算机指令,键盘的按键按下一次,就等于向计算机发送一个信号,计算机会根据当前状态来确认将进行什么操作。键盘如图 1-2 所示,可以看到,键盘上的按键排放并不是杂乱无章的。根

据不同按键的作用, 键盘设计者将这些按键分别放置在四个区域内。

- 标准键区: 该区域位于键盘的左下方, 占据了键盘的大部分, 包含有 26 个英文字母, 以及常用的标点符号。
- 小键盘键区: 该区域位于键盘的右侧, 单独占据一片键盘区域, 类似计算器的键盘, 包含有 0~9 共 10 个阿拉伯数字和加、减、乘、除等普通运算符号。
- 功能键区: 该区域指的是位于键盘最上方标有 F1~F12 的那一排按键, 在不同的计算机系统和应用程序中, 功能键区中的按键可以发挥不同的功用。
- 编辑键区: 该区域位于标准键区和小键盘键区之间, 在键盘中间偏右侧, 有控制光标的功能键和打印、翻页等功能键。

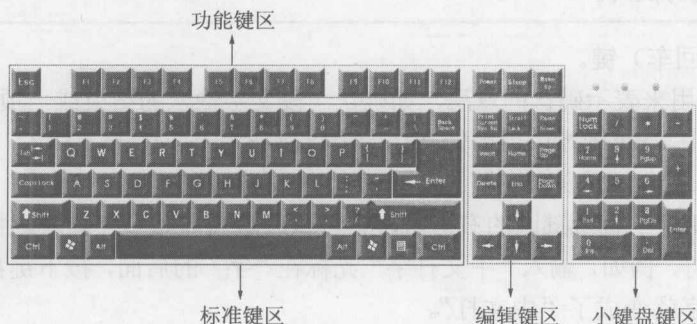


图 1-2 键盘中的各个键区的位置

1. 标准键区

文字处理是计算机所要胜任的一项重要工作, 因此 26 个英文字母按键位于键盘的中心位置, 占据了键盘中的大部分区域。标准键区中的英文字母分为三排, 成梯形状, 字母排列的先后顺序是从打字机上沿袭下来的。由于字母键盘的排列顺序已经成为了一种通用的标准, 因此不论是哪家厂商所生产的计算机键盘, 都拥有相同的字母排列方案。

由于计算机除了打字外, 还可以做许多其他事情, 所以英文字母按键周围还有一些辅助的按键。

(1) Space (空格) 键。

空格 (Space) 键是键盘最下方最大并且没有任何标识的按键。按下空格键, 会输入一个空格, 屏幕上表现为光标右移一位。因为英文单词之间也要以空格分开, 所以它是键盘上使用频率最高的按键, 如图 1-3 所示。



图 1-3 标准键区

(2) Caps Lock (大小写锁定) 键。

由于英文字母有大、小写两种形式, 而键盘上的英文字母只有一套, 因此可以通过大写

锁定键控制当前输入状态中英文字符的大、小写。在默认状态下,使用键盘输入的英文字母都是小写字母形式。

如果希望输入大写英文字母,可以设置系统输入的大小写状态。按下位于字母 A 键左侧的 Caps Lock 键,这时键盘右上角三个指示灯中的第二个灯(大写指示灯)会变亮,这表明系统已经进入了大写锁定状态。这时,按下字母键后会输入大写字母。要退出大写锁定状态,再次按下 Caps Lock 键即可,这时大写指示灯会关闭,表明当前系统已经退出了大写锁定状态。



大写锁定键盘只对 26 个英文字母有影响,不会影响到其他标点、功能键和数字键的使用。

(3) Enter (回车) 键。

Enter 键通常用来表示确认的意思,如确认一段文字输入的结束或一项设置工作的完成。在文档录入过程中,Enter 键也用来做文档的换行操作。

(4) Back Space (退格) 键。

Back Space 键位于标准键区的右上角,它可以删除当前光标位置左侧相邻的字符,并将光标左移一个字符,例如,输入“中文打字”光标在“字”的后面,按下键盘上的 Back Space 键,此时输入的字就变成了“中文打”。

(5) Shift (大小写转换) 键。

Shift 分别位于字母 Z 左侧和“?”(问号)键的右侧,在小写状态下,按下 Shift 键同时按字母键,输入的是大写字母,例如,要输入大写的“D”,按住 Shift 键同时按 D 键,如图 1-4 所示;在大写状态下,按住 Shift 键同时按字母键,输入的是小写字母。这样可以快速方便地完成少量字母输入时的大小写转换。

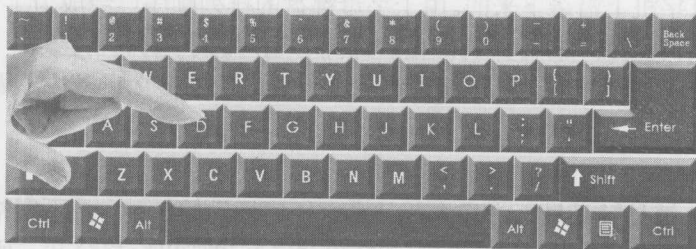


图 1-4 输入大写字母“D”

Shift 键又叫上档键,因为在标准键区最上排的符号键和数字键上都标有上下两排符号,如果按住上档键的同时按下这些按键,即可输入上排的字符。例如,要输入“@”,按住 Shift 键同时按 2 键就可以输入“@”字符。

(6) Ctrl 键和 Alt 键。

Ctrl 键、Alt 键和 Shift 键一样,在键盘的标准键区左侧和右侧有两组,它们虽然所在的位置不同,但功能一样。Ctrl 键位于标准键区的左下方和右下方,Alt 键位于空格键的左右两侧。这是因为它们和大小写键一样本身没有任何功能,总是与其他键配合使用。左右各设置一个按键后,可以方便地双手操作键盘。例如:在 Windows 操作系统中,同时按下 Ctrl+X 组合键就可以将当前所选定的文本或图形对象进行剪切;如果打开“文件”菜单,可以按住

键盘上的 Alt 键同时按下 F 键。

(7) Tab (跳格) 键。

跳格键位于字母 Q 键左侧，它主要用在窗口和表格的操作上转移当前的焦点。例如，在 Windows 窗口中，可以使用 Tab 键使光标从一个区域跳转至另一个区域。

(8) 窗口键。

窗口键  位于 Alt 键外侧，在 DOS 操作系统中不起作用，主要用在 Windows 操作系统中，例如，按下键盘上的窗口键  可立即弹出“开始”菜单；按住键盘上的窗口键，同时按 F 键，可以打开“搜索”窗口。

(9) 快捷菜单键。

快捷菜单键  位于标准键区的右下角。它主要用在 Windows 操作系统中，代替执行鼠标右键的功能，按下快捷菜单键即可打开当前对象的快捷菜单，如图 1-5 所示。

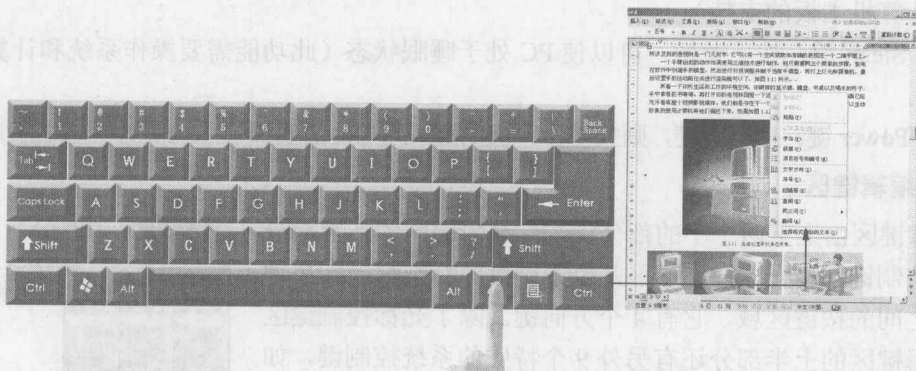


图 1-5 按下快捷菜单键

(10) 数字键和符号键。

在标准键区的最上侧是数字键和用户经常使用的普通符号键的复合键，它们从左至右排成一排，用户在输入的时候，可以使用 Shift 键进行切换。当直接按下数字键时，将输入数字；当按住键盘上 Shift 键同时按下数字键时，将输入各数字键上所对应的符号。例如，直接按下键盘上的 5 键时，此时会输入“5”；当按住键盘上的 Shift 键同时按下键盘上的 5 键时，将输入的是“%”。

2. 小键盘键区

虽然标准键区已有了数字键，但在输入大量由数字组成的数据的时候，还是使用键盘右侧的数字键区更为方便。因为在数字键区，数字的排列形式类似于人们日常所惯于使用的计算器和电话键盘，更适合录入人员进行盲打。

在数字键区的左上角有一个 Num Lock (数字锁定) 键，如图 1-6 所示，用于控制数字键区功能。按下 Num Lock 键，键盘右上角的第一个指示灯亮，表示当前已经进入了数字状态，这时数字键区的按键执行输入数字和运算符等上档符号的功能。再按一下 Num Lock 键，指示灯灭，这时为光标控制状态，其数字键区的按键执行光标控制等下档符号的功能。

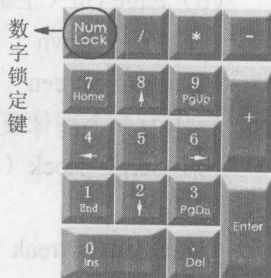


图 1-6 小键盘键区

3. 功能键区

功能键区一共有 16 个键，位于键面的顶端，排列成一行。最左边的是 Esc 键，中间的 12 个键从左至右依次是 F1~F12。在不同的应用程序中，它们有不同的功能。例如，在为文件夹重新命名时，按下键盘上的 F2，就可以输入要命名的名字了；在许多软件都采用按 F1 键打开帮助文件的方法。此外，还有 Wakeup 键、Sleep 键和 Power 键。如图 1-7 所示。



图 1-7 功能键区

(1) Esc 键：强行退出键，Esc 是英文 Escape 的缩写。它的功能是退出当前环境，返回原菜单。

(2) Wake Up 键：按下此键，可以使 PC 从睡眠状态恢复到初始状态（此功能需要操作系统和计算机主板的支持）。

(3) Sleep 键：按下此键，可以使 PC 处于睡眠状态（此功能需要操作系统和计算机主板的支持）。

(4) Power 键：按下此键，则关闭计算机电源（此功能需要操作系统和计算机主板的支持）。

4. 编辑键区

编辑键区由上下两个小的部分构成，编辑键区的下半部分是光标控制键区。光标控制键区是位于键盘的标准键区和小键盘键区之间的按键区域，它有 4 个方向键。除了光标控制键区外，编辑键区的上半部分还有另外 9 个特殊的系统控制键，如图 1-8 所示。编辑键区上的所有按键分别为：

(1) 光标移动键 ↑、↓、←、→：移动光标的位置，按下光标移动键，光标将按箭头方向移动一格。

(2) Insert（插入）键：插入键主要用来切换编辑软件中的插入和改写状态。

(3) Delete（删除）键：删除当前所选中的对象，如一个文件夹或一个字符。

(4) Home（行首）键：将光标快速移至本行的行首。

(5) End（行尾）键：将光标快速移到本行的行尾。

(6) Page Up（上翻页）键：实现光标的快速移动，一般用于向上翻页。

(7) Page Down（下翻页）键：实现光标的快速移动，一般用于向下翻页。

(8) Print Screen（屏幕打印）键：该键可以实现一种虚拟的打印功能，把当前屏幕的显示内容作为一个图像复制到剪贴板上。

(9) Scroll Lock（屏幕锁定）键：如果屏幕处在滚动状态，将该按键按下后，可以停止继续滚动。

(10) Pause Break（中止）键：按 Ctrl + Pause Break 组合键可中止当前程序的执行。

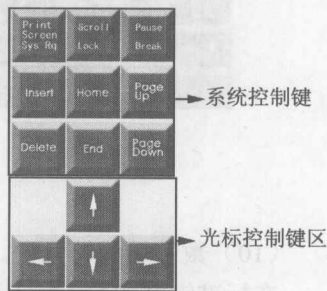


图 1-8 编辑键区

1.2 打字的正确姿势

在学习英文打字之前，应该了解正确的打字姿势，熟悉各个手指的分工。然后，再学习

打字的手法及控制要领,并深入学习一些打字技巧。在打字时,保持一种正确的操作姿势,可以提高打字的速度,减少疲劳,这一点对于青少年显得尤为重要。正确的坐姿如图 1-9 所示。

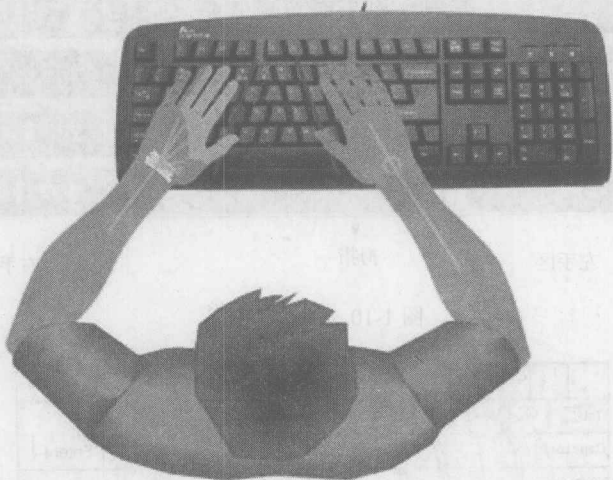


图 1-9 正确的坐姿

保持正确的坐姿需要注意以下几点:

- (1) 面向电脑平坐在椅子上,全身放松,身体坐正,双手自然放在键盘之上,腰背挺直,上身微微前倾。
- (2) 两脚自然踏地,大腿自然平直,小腿与大腿之间的角度为近似 90° 。
- (3) 椅子高度与电脑键盘、显示器的放置高度适中。一般以双手自然垂放在键盘上时,肘关节略高于手腕为宜。显示器的高度则以操作者坐下后,其目光水平线处于显示屏幕的约三分之二处为佳。
- (4) 眼睛距显示器的距离为 30~40cm。

1.3 正确的指法

1.3.1 熟悉指法

经过前面的介绍,我们知道键盘由标准键区、编辑键区、数字键区和功能键区 4 个区域组成。键盘录入涉及的主要是标准键区的键,此键区的键比较多,而我们的手指只有 10 个,怎么办呢?这就需要我们合理地对每个手指进行分工,如图 1-10 所示。在标准键区中间的 A、S、D、F、J、K、L 和 “;” 8 个字符键称为基准键。在击键前,两手四指要自然放在基准键上。每个基准键对应着一个手指头,其他键的位置都是以它们为标准来记忆的。左手的食指放在 F 键上,其余指头依次放在 D、S、A 键上;右手的食指放在 J 键上,其他指头依次放在 K、L、; 键上。当四指击过其他字母键以后,手指要回到基准键上。

从开始接触键盘时,就要注意严格遵守手指指法的规定,各守其岗位,更要注意“击键不是按键”,要采用正确的击键手法。

- (1) 录入前,除拇指外的 8 个手指垂放在各自的基准键上,如图 1-11 所示。



图 1-10 基本键位图

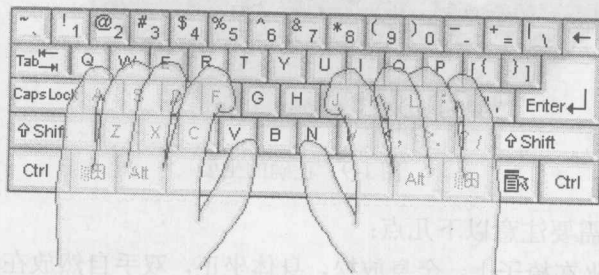


图 1-11 录入姿势

(2) 击键时手指自然弯曲,手指向上略微拱起,手指放在按键中央。击键时用指尖轻击按键,不要用手指按键。在击键过程中,靠手腕手力而不是手指用力,依靠手腕带动手指的上下移动来完成击键动作,要注意手指和手腕的灵活性。

(3) 非击键的手仍要自然地停留在基准键上,两手同时击键时除外。

(4) 击键完毕,手指应立即回到基准键上,为下一个击键做好准备,这样才能快速熟悉各个键位的距离,准确击键。



注意

(1) 击打按键时,力量要适中。因为用力过重,会损坏键盘且容易疲劳。

(2) 身体挺直,稍偏于键盘右方。

(3) 手指轻放于规定的按键上,手腕平直。

(4) 击键迅速果断,两手指稳、准、快地弹击。

(5) 应将全身重量置于椅子上,两手平放。

(6) 录入文字时力争实现盲打。

1.3.2 练习指法

1. 基准键练习

基准键在键盘中的位置如图 1-12 所示。

在进行基准键的练习时,应按规定把手指轻放在基准键上,并有规律地练习每个手指的指法和键感。同时,要学会击打空格键和回车键。开始练习时速度要慢,以求准确。

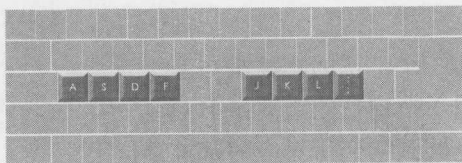


图 1-12 基准键在键盘中的位置

练习要点:

- (1) 手指轻放在规定的基准键位上。
- (2) 练习过程中保持正确的姿势。
- (3) 眼睛专注原稿，切忌看着键盘击键。

练习 1: 左右手食指练习

- (1) jf fj jf fj fj fj fj fj fj
- (2) fjf fjf jff jff fjf fjf fjf fjf
- (3) fjf fjf jff fjf fjf fjf fjf fjf

练习 2: 左右手中指练习

- (1) dk kd dk kd dk kd dk kd dk
- (2) kdk dkdk kdk dkdk kdk dkdk kdk dkdk
- (3) kdkdk dkdkdk dkdkdk dkdkdk dkdkdk dkdkdk dkdkdk

练习 3: 左右无名指练习

- (1) sl ls sl ls sl ls sl ls sl
- (2) sls sls lsl lsl ssl lsl sls lsl sls
- (3) lssl slsl slsl lssl slsl slsl slsl slsl slsl

练习 4: 左右手小指练习

- (1) a; ;a ;a a; a; ;a a; ;a a; ;a
- (2) a;a ;a; aa; ;a a;a ;a; aa; ;a
- (3) ;a;a a;a; a;a ;a;a ;aa a;a aa; ;a;aa ;aa; ;a;

练习 5: 综合练习

- (1) asdf jkl; asdf jkl; asdf jkl; asdf jkl;
- (2) fdsa ;lkj fdsa ;lkj fdsa ;lkj fdsa ;lkj
- (3) asdj jkla asdj jkla asdj jkla asdj jkla
- (4) asl; l;as asl; l;as asl; l;as asl; l;as
- (5) dfjk jkdf dfjk jkdf dfjk jkdf dfjk jkdf

2. G、H 键的练习

G、H 键位于基准键的中间，它们在键盘中的位置如图 1-13 所示。



图 1-13 G、H 在键盘中的位置

练习要点:

- (1) 左手食指向右伸出一个键位的距离击 G 键。
- (2) 右手食指向左伸出一个键位的距离击 H 键。
- (3) 击完后食指立即返回到它们所对应的基准键位上。

练习 1: G、H 键的练习

- (1) gg hh gg hh gg hh gg hh
- (2) gh hg gh hg gh hg gh hg
- (3) ghg hgh ghg hgh ghg hgh ghg hgh

练习 2: G、H 键与基准键的练习

- (1) gfh hkl gfh hkl gfh hkl gfh hkl
- (2) jhj fgf jhj fgf jhj fgf jhj fgf
- (3) had glad had glad had glad had glad
- (4) has glass has glass has glass has glass
- (5) high high high high high high high high

3. E、I 键的练习

E、I 键在键盘中的位置如图 1-14 所示。

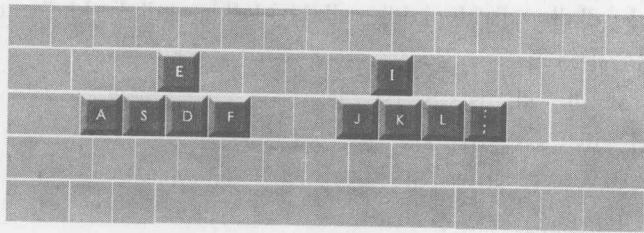


图 1-14 E、I 在键盘中的位置

练习要点:

- (1) E 键用左手中指弹击, I 键用右手手中指弹击。
- (2) 击键时, 中指从基准键出发, 击完后立即返回。
- (3) 击键时, 其他手指不要离开基准键, 小指不要翘起。

练习 1: E、I 键的练习

- (1) ee ii ee ii ee ii ee ii
- (2) ei ie ei ie ei ie ei ie
- (3) eie iei eie iei eie iei eie iei

练习 2: E、I 键与其他键的练习

- (1) fed ill fed ill fed ill fed ill
- (2) sail file sail file sail file sail file
- (3) lake idea lake idea lake idea lake idea
- (4) leaf said leaf said leaf said leaf said
- (5) kill sell kill sell kill sell kill sell

4. R、T、Y、U 键的练习

R、T、Y、U 键在键盘上的位置如图 1-15 所示。

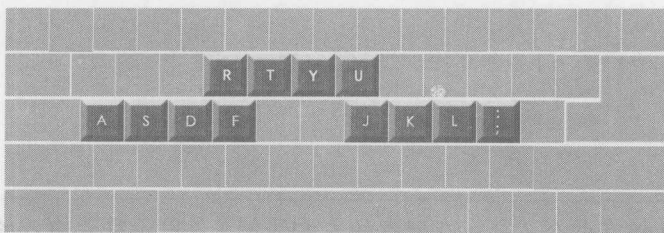


图 1-15 R、T、Y、U 键在键盘上的位置

练习要点:

- (1) 击 R 键时, F 键上的左手食指向前(微偏左)伸出弹击, 击完立即返回基准键。
- (2) 击 T 键时, F 键上的左手食指向前(微偏右)伸出弹击, 击完立即返回基准键。
- (3) 击 Y 键时, J 键上的右手食指向左移动一个键位弹击, 击完立即返回基准键。
- (4) 击 U 键时, J 键上的右手食指向前(微偏左)伸出弹击, 击完立即返回基准键。
- (5) 击键时, 手需抬起, 除了击键的手指外, 其他的手指要维持原状。

练习 1: R、T、Y、U 键的练习

- (1) rtuy uyrt rtuy uyrt rtuy uyrt rtuy uyrt
- (2) my uuyt my uuyt rrtu uuyt my uuyt
- (3) tyur ruvt tyur uryt tyur uryt tyur uryt

练习 2: R、T、Y、U 键与其他键的练习

- (1) shut star shut star shut star shut star
- (2) drug stay drug stay drug stay drug stay
- (3) flag dusk flag dusk flag dusk flag dusk
- (4) salt fury salt fury salt fury salt fury
- (5) full easy full easy full easy full easy

5. “.”、“,”、Shift、“<”、“>”键的练习

这些键在键盘上的位置如图 1-16 所示。

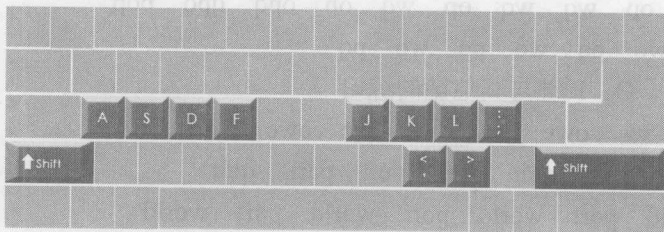


图 1-16 “.”、“,”、Shift、“<”、“>”键在键盘上的位置

练习要点:

- (1) 击 “.” (句点) 键时, 用 L 键上的右手无名指弹击, 击完立即返回。
- (2) 击 “,” (逗号) 键时, 用 K 键上的右手中指弹击, 击完立即返回。
- (3) 击 “<” 键时, 用左手小指按住 Shift 键, 然后用击 K 键的右手中指弹击, 击完立即返回。
- (4) 击 “>” 键时, 用左手小指按住 Shift 键, 然后用击 L 键的右手无名指弹击, 击完立即返回。