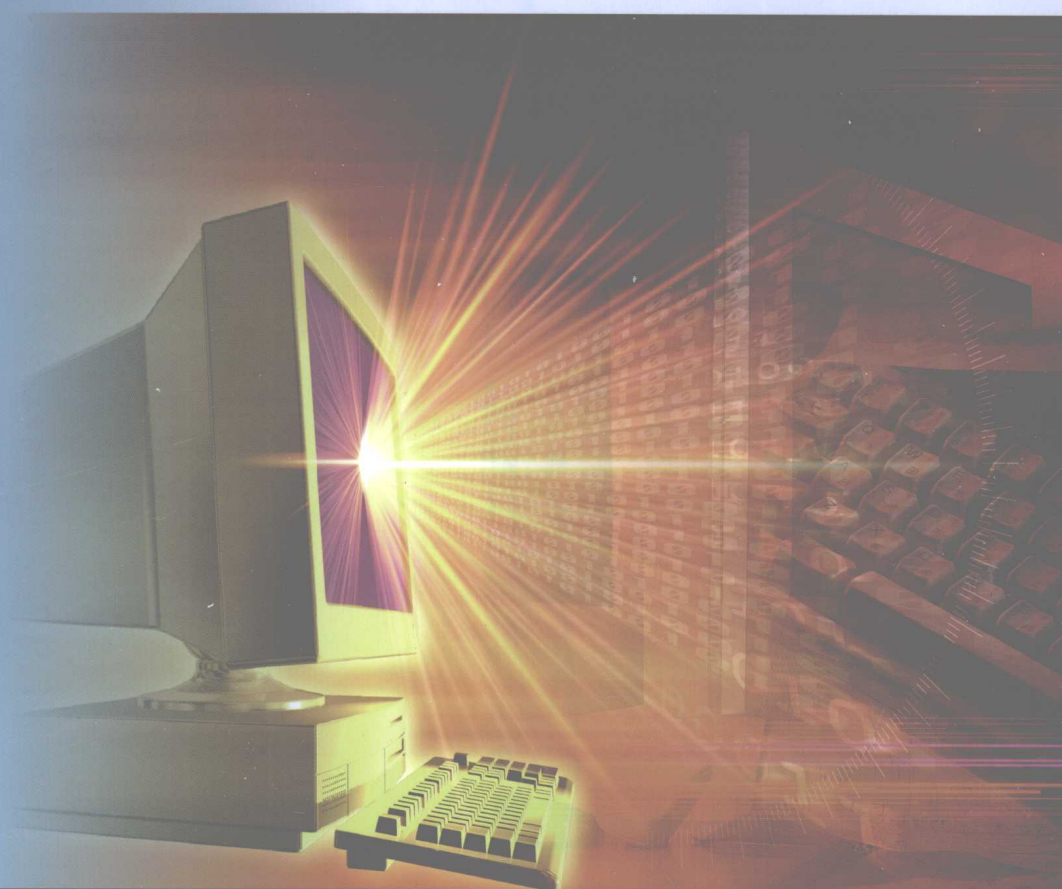


大学计算机基础 实习教程

For Windows XP+Office2003

主编 朱新生 吴亚坤



辽宁大学出版社

大学计算机基础 实 习 教 程

For Windows XP + Office 2003

主编 朱新生 吴亚坤

辽宁大学出版社

©朱新生 吴亚坤 2007
图书在版编目 (CIP) 数据

大学计算机基础实习教程/朱新生, 吴亚坤主编. —沈阳: 辽宁大学出版社, 2007. 8
ISBN 978-7-5610-5434-5

I. 大… II. ①朱…②吴… III. 电子计算机—高等学校—教学参考资料 IV. TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 129870 号

出 版 者: 辽宁大学出版社

(地址: 沈阳市皇姑区崇山中路 66 号 邮政编码: 110036)

印 刷 者: 沈阳市第六印刷厂书画彩印中心

发 行 者: 辽宁大学出版社

幅面尺寸: 185mm×260mm

印 张: 9.75

字 数: 220 千字

出版时间: 2007 年 8 月第 1 版

印刷时间: 2007 年 8 月第 1 次印刷

责任编辑: 陈景泓

封面设计: 邹本忠

责任校对: 合 校

书 号: ISBN 978-7-5610-5434-5

定 价: 16.00 元

联系电话: 024—86864613

邮购热线: 024—86830665

网 址: <http://press.lnu.edu.cn>

电子邮件: lnupress@vip.163.com

前 言

在计算机技术飞速发展的今天,计算机的应用已经遍及到社会的各个部门和生产的各个领域。计算机知识和应用能力已经成为衡量每个就职人员是否符合人才需求的一个重要的条件。因此,努力提高学生的计算机知识水平是摆在所有教学部门面前的一项迫切任务。

在学习计算机的过程中,除了要学习一些必要的理论知识外,还要进行大量的实际操作,使学到的知识得以理解和消化,并且逐步提高操作的熟练程度和掌握一些必要的操作技巧。为了提高实习课的教学效果,一本可以规范学生实习内容并对学生的实习起到引导和帮助的实习指导书是很有益处的。根据这个想法,我们总结了多年实验教学的经验 and 体会,于2005年出版了《计算机应用基础实习教程》。今年我们又在此基础上,推出了这本与辽宁大学出版社最新出版的《大学计算机基础》配套的实习教程,以满足当前教学内容更新上的迫切需要。当然,这本教程也可以作为相关内容的计算机课程的实习指导材料。

本教程共分为23个实习单元,每一个单元均包含一些相关的实习内容。第1~4单元为Windows XP基本操作,第5~11单元为Word 2003基本操作,第12~16单元为Excel 2003基本操作,第17~18单元为PowerPoint 2003基本操作,第19~21单元为多媒体软件操作,第22~23单元为Internet的基本操作。

本教程的每个单元大体上由实习目的、内容介绍、实习范例、实习内容和思考题等几个部分组成。

实习目的概括了本单元实习的大致范围及规定达到的要求。

内容介绍对有关的基础知识做了概括的说明,使得学生可以迅速地查阅到有关知识,同时也起到对有关知识归纳和提高的作用。对于未学过这些内容的读者来说,在看了这部分内容后,也能基本掌握有关的计算机基础知识,为下面的实习做好必要的准备。

实习范例中的实习项目写得比较详细,目的是一步一步地引导学生进入到计算机规范操作的氛围之中。

实习内容中列出的实习项目,要求学生在入门之后独立地完成,使教学的内容化为自己的知识和能力。

每单元后面列出了若干思考题。这些有的是督促学生记住需要牢固记忆的操作步骤,有的则是对实习中的某些问题向学生问一个为什么,以加深学生对知识的理解以及扩展学生的思路和知识面。

本教程在最后的部分中还提供了一些关于Word和Excel的综合练习和模拟考试题,由学生根据自己的情况选择使用。这些可以用于扩充学生的知识面以

及为学生提供更多的实习素材。

本教程原版书稿由朱新生和吴亚坤合作完成。新版书稿的内容由吴亚坤策划，邱春红、殷慧文、张绍成、周应强参与了新版书稿的修订工作，最终由朱新生统稿。

由于时间仓促，并限于编者的水平，书中难免有不妥和错误，恳请读者批评指正。

编 者

2007年7月

目 录

实习教程篇

第 1 单元	Windows XP 的基本操作	3
第 2 单元	Windows XP 的文字输入	10
第 3 单元	Windows XP 的资源管理器	14
第 4 单元	Windows XP 的常用设置	22
第 5 单元	Word 2003 的基本操作	25
第 6 单元	Word 2003 的文本编辑操作	30
第 7 单元	Word 2003 的文档格式设置	35
第 8 单元	Word 2003 的页面设置与打印	43
第 9 单元	Word 2003 的图文混排	47
第 10 单元	Word 2003 的表格操作	52
第 11 单元	Word 2003 的其他常用功能	60
第 12 单元	Excel 2003 的初步操作	63
第 13 单元	Excel 2003 的编辑操作	70
第 14 单元	Excel 2003 的格式化操作	77
第 15 单元	Excel 2003 的图表操作	83
第 16 单元	Excel 2003 的数据管理	90
第 17 单元	PowerPoint 2003 基本操作	96
第 18 单元	PowerPoint 2003 其他操作	105
第 19 单元	压缩软件 WinRAR 的使用	112
第 20 单元	Movie Maker 电影制作软件的使用	116
第 21 单元	Flash 动画制作	122
第 22 单元	Internet 的简单操作与信息检索	129
第 23 单元	电子邮件收发与文件下载	133

综合练习篇

Word 综合练习一	139
Word 综合练习二	140
Word 综合练习三	141
Word 综合练习四	142
Excel 综合练习一	143
Excel 综合练习二	144
Excel 综合练习三	145
Excel 综合练习四	146
Word 部分模拟试卷	147
Excel 部分模拟试卷	148
综合模拟试卷	149

实习教程篇

第1单元 Windows XP 的基本操作

1.1 实习目的

1. 掌握 Windows XP 的启动和退出。
2. 了解 Windows XP 桌面的构造。
3. 了解 Windows XP 窗口的组成和基本操作。
4. 了解 Windows XP 菜单的构造和基本操作。
5. 了解 Windows XP 对话框的部件和基本操作。
6. 掌握 Windows XP 应用程序的启动、切换和退出。
7. 了解 Windows XP 的 MS-DOS 环境的基本操作。

1.2 内容介绍

1. Windows XP 的启动和关闭

(1) 启动

打开显示器开关和主机开关, 则自动启动 Windows XP 操作系统。

(2) 关闭

单击“开始”按钮, 选择“关闭计算机”命令, 弹出“关闭计算机”对话框, 选择“关闭”项。

2. Windows XP 的桌面

“开始”按钮及菜单: 程序、文档、设置、搜索、帮助、运行、关闭计算机等项目。

任务栏: 快速启动图标、程序窗口按钮、输入法图标、时间显示区等。

程序图标: 我的电脑、我的文档、回收站、网上邻居、IE、程序快捷方式图标等。

3. Windows XP 的窗口

(1) 窗口的组成

标题栏 (含: 标题、控制菜单按钮、最小化按钮、最大化/还原按钮、关闭按钮)、菜单

栏、工具栏、工作区、状态栏、边框。

(2) 窗口的操作

最大化：单击“最大化”按钮，或双击标题栏。

最小化：单击“最小化”按钮。

还原：最大化后，单击“还原”按钮；最小化后，单击任务栏上的程序按钮。

移动位置：拖动窗口标题栏。

改变大小：拖动窗口边框或边框角。

关闭窗口：单击“关闭”按钮。

4. Windows XP 的菜单

(1) 菜单的约定

变灰的项目：当前不具备执行的条件，不能被执行。

带下画线的字母：在主菜单中，按“Alt+字母”选择；在子菜单中，按“字母”即可。

组合键：按组合键可直接选择项目，而不必激活菜单。

…：选择后将弹出对话框。

▶：选择后将弹出下级菜单。

√：项目被选中（多选项），单击选中或取消选中。

●：项目被选中（单选项），单击选中。

(2) 菜单项的选择

●使用鼠标：单击主菜单名，在弹出的下拉式菜单中，单击子菜单命令。

●使用键盘：按 Alt 键激活菜单，移动光标选择，按回车键确定。

(3) 菜单的取消

●使用鼠标：单击菜单的外部区域

●使用键盘：按 Alt 键或 Esc 键

(4) 快捷菜单的打开

用鼠标右击对象。

5. Windows XP 的对话框

(1) 对话框的部件

文本框、列表框、下拉式列表框、单选按钮、复选框、命令按钮等。

(2) 对话框的操作

利用鼠标：单击部件。

利用键盘：按 Tab 键或 Shift+Tab 键移动光标，按空格选择，按回车键确认。

6. Windows XP 应用程序的启动、切换和关闭

(1) 应用程序的启动方法

◆双击桌面上的程序快捷方式图标。

◆单击“开始”按钮，选择“程序”项，在下级菜单中选择应用程序名。

◆单击“开始”按钮，选择“运行”命令，在弹出的对话框中输入程序名，再确认。

◆打开“资源管理器”窗口，在窗口中双击应用程序文件名。

(2) 前后台程序间的切换方法

◆单击后台应用程序窗口的可见部分。

◆按 Alt+Esc 键或 Alt+Tab 键。

◆单击任务栏上后台程序按钮。

(3) 应用程序的关闭方法

◆在应用程序窗口的“文件”菜单中,选择“退出”命令。

◆单击应用程序窗口的“关闭”按钮。

◆按 Alt+F4 键。

◆按 Ctrl+Alt+Del 键,打开“任务管理器”对话框,选择要关闭的程序名,单击“结束任务”按钮。

7. Windows XP 的 MS-DOS 环境的基本操作

(1) 切换到 MS-DOS 环境:在“开始”菜单中,选择“程序/附件/命令提示符”命令。

(2) 关闭 MS-DOS 环境:在提示符后输入并执行命令:Exit。

(3) 全屏幕方式和窗口方式的切换:按 Alt+Enter 键。

1.3 实习范例

1. Windows XP 启动与退出的练习

(1) 启动 Windows XP

打开主机电源开关,系统先后进行自检和系统引导,并且屏幕显示相应的信息。当屏幕出现 Windows XP 的桌面和“任务栏”后,则启动成功。

注:如果 Windows XP 设置了多用户的话,则屏幕将提示选择用户。

(2) 关闭 Windows XP

在 Windows XP 环境下,打开“开始”菜单,选择“关闭计算机”命令,在弹出的“关闭计算机”对话框中,单击“关闭”按钮,则 Windows XP 实行关闭计算机处理,处理完毕将自动切断电源。

2. Windows XP 窗口的操作练习

(1) 双击桌面上“我的电脑”图标,则弹出“我的电脑”窗口,同时在任务栏上出现“我的电脑”程序按钮 。

(2) 单击“我的电脑”窗口右上角的最小化按钮 ,则窗口最小化,且仅在任务栏上显示该程序的图标。

(3) 单击任务栏上的“我的电脑”图标,则最小化的窗口还原。

(4) 单击“我的电脑”窗口右上角的最大化按钮 ,则窗口最大化,即占据全屏幕,

且该按钮变成还原按钮。

(5) 单击还原按钮, 则窗口还原。

说明: 也可以通过双击窗口的标题栏, 实现窗口的最大化和还原操作。请读者在此自行练习和体会。

(6) 将鼠标指针移到“我的电脑”窗口的标题栏内, 按住鼠标左键并移动鼠标(即: 拖动), 当窗口框线移到一个新位置后, 松开鼠标, 则窗口的位置变化。

(7) 移动鼠标指针到“我的电脑”窗口的边框线或边框角处, 当鼠标指针成为双向箭头时, 拖动鼠标, 则窗口的尺寸变化。

(8) 单击“我的电脑”窗口右上角的关闭按钮, 则窗口关闭。

3. Windows XP 菜单的操作练习

准备: 打开“我的电脑”窗口。

(1) 下拉式菜单的操作

●鼠标操作: 单击菜单栏中的“编辑”项, 弹出“编辑”下拉式菜单, 再单击其中“全部选定”命令, 则窗口中所有对象全部反色, 即被选定。

●键盘操作: 按 Alt 键, 则菜单栏中的“文件”项反色显示, 即“文件”菜单被激活。按光标键“→”, 移动菜单光标(反色方框)到“编辑”项, 按“↓”键, 则弹出“编辑”下拉式菜单。按“↓”键, 移动光标(反色条)到“反向选定”项, 按回车键, 则窗口中所有对象的选定被取消。

●使用快捷键: 按 Ctrl+A 键, 则选择了“编辑”菜单中的“全部选定”项。

●使用带下划线字母: 在按住 Alt 键的同时按 E 键, 则弹出“编辑”下拉式菜单, 再按 I 键, 则选择了“反向选定”项。

(2) 快捷菜单的操作

右击“C 盘”图标, 则弹出 C 盘的快捷菜单。单击窗口内的空白区域, 则菜单被取消。右击“共享文档”图标, 弹出“共享文档”的快捷菜单, 可以发现这个菜单的项目与 C 盘的快捷菜单有所不同, 即快捷菜单的项目与所选的对象有关。

(3) 控制菜单的操作

单击标题栏左侧的“控制菜单”按钮, 则弹出控制菜单。从中可见, 该菜单的项目均与窗口操作有关。单击窗口内的空白区域, 取消该菜单。

(4) 了解菜单中的若干标记

打开“编辑”菜单, 查看变灰的命令, 试验是否可以选该命令。

打开“查看”菜单, 选择(单击)带有“√”号的“状态栏”项, 则“√”号被取消, 且窗口的状态栏消失。重新打开该菜单, 再单击一次“状态栏”项, 则作用相反。

打开“查看”菜单, 先查看带有“●”的项目, 再用鼠标单击选择“列表”项, 则窗口中对象以列表的方式显示。再打开“查看”菜单, 则仅有“列表”项带有“●”。这说明“●”为单选项的标记。

打开“查看”菜单, “排列图标”项带有“▶”号, 选择后, 弹出下级子菜单。

打开“查看”菜单, “选择详细信息”项带有“...”, 选择后, 弹出“选择详细信息”对话框。

4. Windows XP 对话框的操作练习

准备：在“我的电脑”窗口中，打开“工具”菜单，选择“文件夹选项”命令，弹出“文件夹选项”对话框。

(1) 选择对话框的“查看”选项卡

单击“查看”选项卡的标题，则该选项卡的内容显示在对话框中。

(2) 列表框滚动条的操作

单击“高级设置”列表框的垂直滚动条下方或上方的箭头按钮，则列表框内的项目向上或向下移动。

拖动滚动块，则列表框内的项目跟随向上或向下滚动。

单击滚动块上下的空白区域，则相当于在列表框中翻页。

(3) 单选按钮和复选框的操作

在“高级设置”列表框中，随意进行选择，体会单选按钮“○”和复选框“□”的区别。

(4) 文本框和下拉式列表框的操作

切换到“文件类型”选项卡，并单击“新建”命令按钮，则弹出“新建扩展名”对话框。单击“高级”按钮，则该对话框扩展，并增加显示新的项目。

用鼠标单击“文件扩展名”后的文本框，则插入点定入，并可输入字符。

用鼠标单击“关联的文件类型”后的下拉式列表框的下拉按钮，则弹出一个列表，单击其中的一个，则该项被选上。

(5) 先后单击两个对话框的“取消”按钮，则关闭所有对话框，并放弃所作的修改。

5. Windows XP 应用程序的综合练习

(1) 各种启动应用程序方法的练习

●双击桌面上“我的电脑”图标，运行“我的电脑”程序。

●打开“开始”菜单，并逐级打开“程序”/“附件”菜单，选定“写字板”命令，则运行了“写字板”程序。

●打开“开始”菜单，选定“运行”命令，弹出“运行”对话框，在对话框的“打开”文本框中输入：calc.exe，再单击“确认”按钮，则运行了“计算器”程序。

(2) 各种前后台应用程序间切换方法的练习

●单击处于后台的“写字板”程序窗口，则该窗口成为前台，即菜单栏改变颜色。

●单击任务栏上的“我的电脑”程序图标，则“我的电脑”程序到前台。

●反复按 Alt+Esc 键，则按程序打开的顺序，逐个将某个程序切换到前台。

●按 Alt+Tab 键，则屏幕中央出现所有已打开的应用程序的图标，且其中一个带有框线，再反复按 Alt+Tab 键，当“计算器”程序图标带有框线时，松开键盘，则该程序成为前台。

(3) 各种关闭应用程序方法的练习

●单击“我的电脑”程序窗口的“关闭”按钮，则该程序被关闭。

●在“写字板”窗口中，打开“文件”菜单，选定“退出”命令，则关闭该程序。

●按 Ctrl+Alt+Del 键，弹出“任务管理器”对话框，如图 1-1 所示。在对话框的

“应用程序”选项卡中，选择“计算器”程序，再单击“结束任务”按钮，则该程序被关闭。该操作一般用于关闭无响应的程序。

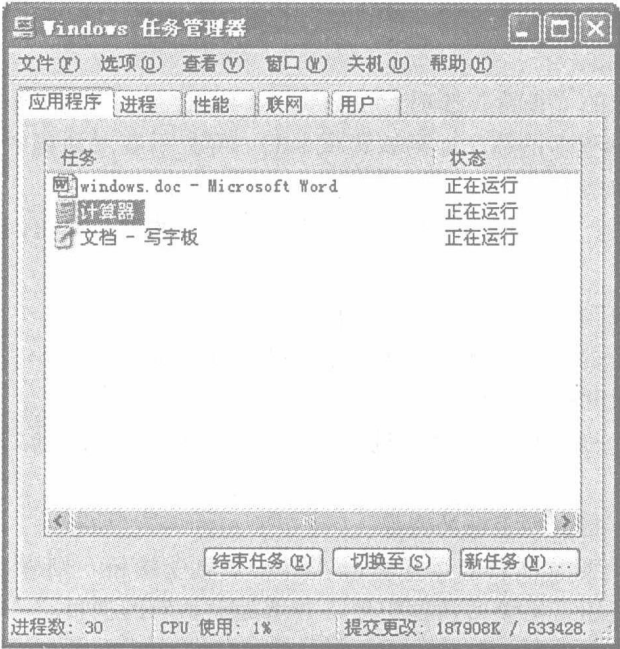


图 1-1 “任务管理器”对话框

6. Windows XP 的 MS-DOS 环境的练习

(1) 在 Windows XP 中启动 MS-DOS 环境

在“开始”菜单中，选择“程序/附件/命令提示符”命令，则在屏幕上弹出“命令提示符”窗口。

(2) MS-DOS 全屏幕方式和窗口方式的切换

在全屏幕方式下，按 Alt+Enter 键，则切换到窗口方式。

在窗口方式下，同样按 Alt+Enter 键，则又切换到全屏幕方式。

(3) 关闭 MS-DOS 环境

在命令提示符下，输入并执行命令：EXIT，则返回到 Windows XP 系统。

注意：在 MS-DOS 的窗口方式下，也可以单击窗口的“关闭”按钮，关闭该环境。

1.4 实习内容

1. 利用“开始”菜单的“程序”项的“附件”子菜单，先后打开“写字板”、“画图”和“计算器”3 个程序，并将各程序窗口平铺在桌面，如图 1-2 所示。

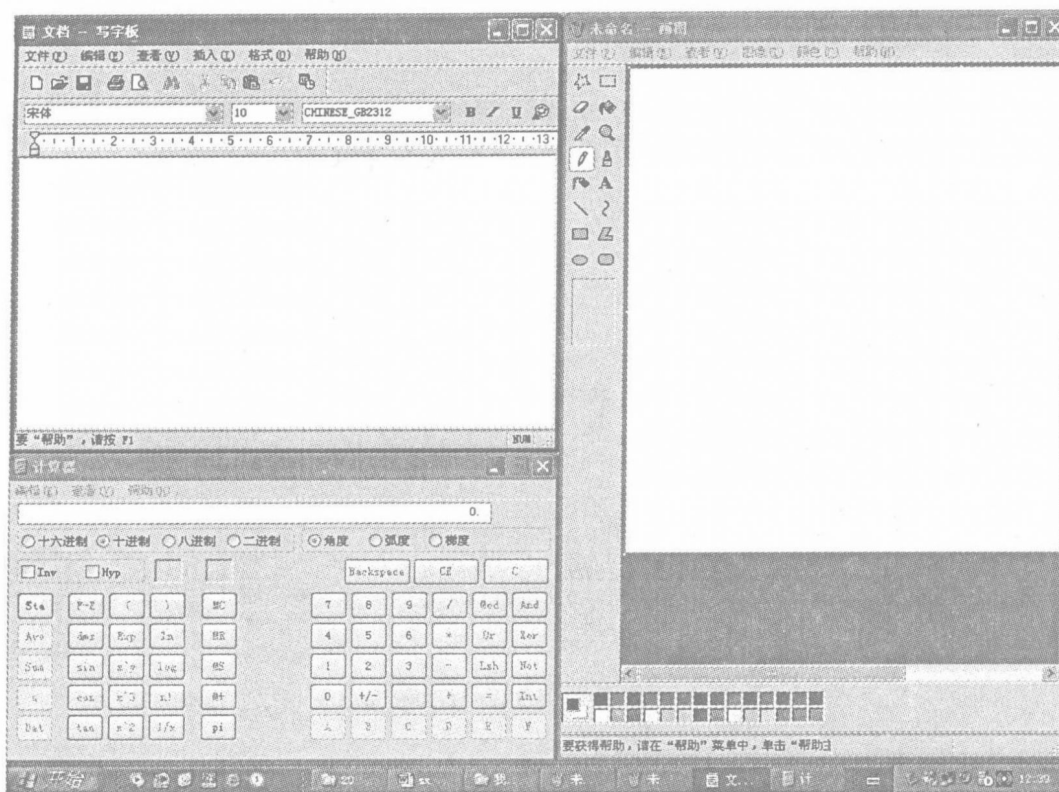


图 1-2

1.5 思考题

1. 试叙述 Windows XP 窗口的基本操作方法。
2. 试叙述 Windows XP 菜单的键盘操作方法。
3. 试叙述在 Windows XP 中运行应用程序的各种方法。
4. 试叙述在 Windows XP 中切换前后台程序的各种方法。
5. 试叙述在 Windows XP 中关闭应用程序的各种方法。
6. 若打开的某个程序无响应，应采用何种方法将其关闭。

第2单元 Windows XP 的文字输入

2.1 实习目的

1. 熟悉微机键盘的构造和基本操作。
2. 掌握 Windows XP 的汉字输入方法。

2.2 内容介绍

1. 键盘的基本功能键

- ◆Enter (回车键): 结束命令的输入并提交给系统执行, 或文本输入时换行。
- ◆Shift (换档键): 改变输入英文字母的大小写, 或输入按键上方的符号。
- ◆Caps lock (大写字母锁键): 英文字母大小写输入方式的切换。
- ◆空格键: 输入空格字符。
- ◆Backspace (退格键): 删除光标左侧的字符。
- ◆Delete (删除键): 删除光标处字符。
- ◆Insert (插入键): 插入/改写状态的切换。
- ◆Num lock (数字锁键): 数字小键盘上按键功能的切换。
- ◆Pause (暂停键): 暂停屏幕显示或某些操作。
- ◆Esc (换码键): 常用于退出当前子程序或取消当前操作。
- ◆Ctrl (控制键): 与其他键配合使用。
- ◆Alt (转换键): 与其他键配合使用。

2. Windows XP 输入法的切换

- (1) 中/英文输入方式的切换: 按 Ctrl+空格键, 或单击任务栏上的输入法图标。
- (2) 各种输入法间的切换: 按 Ctrl+Shift 键, 或单击任务栏上的输入法图标。
- (3) 全/半角的切换: 按 Shift+空格键, 或单击输入法工具栏上的全/半角切换图标。