

21世纪高职高专计算机规划教材

计算机等级考试上机指导 (一级)

于宁宁 主编



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

21 世纪高职高专计算机规划教材

计算机等级考试上机指导 (一级)

主 编 于宁宁

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

内 容 简 介

本书涵盖了浙江省高校计算机等级考试（一级）Windows 考试大纲的全部上机内容。全书共分为 8 章：第 1 章主要介绍文字录入，第 2 章主要介绍 Windows 2000 操作系统的使用，第 3 章主要介绍文件及文件夹的操作，第 4 章主要介绍 Excel 2000 电子表格软件的使用，第 5 章主要介绍 PowerPoint 2000 演示文稿软件的使用，第 6 章主要介绍 FrontPage 2000 网页制作软件的使用，第 7 章主要介绍浏览软件 IE 的使用，第 8 章主要介绍 Outlook Express 电子邮件软件的使用。全书的附录中包含：浙江省高校计算机等级考试大纲（一级 Windows 2000/Office 2000 平台）、浙江省等级考试系统（一级）使用说明、《计算机等级考试辅导（一级）》课后习题参考答案。本书的目标在于加强学生对《计算机等级考试辅导（一级）》教材的理解，通过实验扎实地掌握基本知识，使学生能真正领会 Windows 2000 操作系统的使用要领以及 Office 2000 各软件的操作要领，并对各软件进行综合运用，达到学以致用目的。

本书图文并茂、重点突出、实用性强，可以作为浙江省计算机等级考试（一级）的上机辅导用书。

图书在版编目（CIP）数据

计算机等级考试上机指导. 一级 / 于宁宁主编. —北

京：中国铁道出版社，2007. 2

21 世纪高职高专计算机规划教材

ISBN 978-7-113-07637-5

I. 计… II. 于… III. 电子计算机—高等学校：技术学

校—教材 IV. TP31

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2007）第 021976 号

书 名：计算机等级考试上机指导（一级）

作 者：于宁宁

出版发行：中国铁道出版社（100054，北京市宣武区右安门西街 8 号）

策划编辑：严晓舟 夏 天

责任编辑：苏 茜 祁 云

特邀编辑：薛秋沛

封面设计：薛 为

封面制作：白 雪

责任校对：高婧雅

印 刷：三河市国英印务有限公司

开 本：787×1092 1/16 印张：14 字数：326 千

版 本：2007 年 2 月第 1 版 2007 年 2 月第 1 次印刷

印 数：1~5 000 册

书 号：ISBN 978-7-113-07637-5/TP·2210

定 价：22.00 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书，如有缺页、倒页、脱页者，请与本社计算机图书批销部调换。

前 言

本书是为配合《计算机等级考试辅导（一级）》的实验教学和帮助普通高校非计算机专业学生通过浙江省计算机等级考试（一级）而专门编写的上机指导用书。编者在多年教学和实践的基础上，根据“浙江省高校计算机等级考试大纲（一级 Windows 2000/Office 2000 平台）”和“浙江省历年计算机等级考试（一级）系统”编写了此书。

全书以 Windows 2000 为操作平台，由以下 8 章组成：第 1 章文字录入、第 2 章 Windows 2000 操作系统、第 3 章文件及文件夹操作、第 4 章 Excel 2000 操作、第 5 章 PowerPoint 2000 操作、第 6 章 FrontPage 2000 操作、第 7 章 Internet Explorer 操作、第 8 章 Outlook Express 操作。书中的实验题目是从浙江省历年计算机等级考试（一级）系统中精选出来的，范围涵盖了浙江省高校计算机等级考试一级考试大纲所指定的内容。另外，编者还编写了详细的操作步骤，充分考虑到了学生在上机过程中可能遇到的困难，具有很强的针对性和实用性。最后的 3 个附录包括了浙江省教育厅高教处最新修订的“浙江省高校非计算机专业计算机等级考试大纲（一级 Windows 2000/Office 2000 平台）”、“浙江省一级等级考试系统使用说明”和“《计算机等级考试辅导（一级）》课后习题参考答案”。此外，本书图文并茂、重点突出、编排合理，有助于学生理解、掌握和实践。

此外，绍兴越秀外国语学院职业学院的领导们、教务处的同事们以及计算机信息管理专业部的老师们（李明钧、王满英、胡秋芬、朱金华、张斌、阮春燕、陈丽君、孔亮、方俊、高建明、钟燕、王林祺、祁六英）在本书的编写过程中给予了大力支持和帮助，在此深表感谢！

为了适应机房中教学的需要，特意制作了与本书配套的电子教案、实验素材等，若需要有关资料可与编者联系，编者的 E-mail 地址为：vianna629@163.com。

由于计算机学科发展迅速，加之编者水平有限，书中难免存在不足之处，敬请读者批评指正。

编 者

2006 年 12 月

目 录

第 1 章 文字录入	1
1.1 学习重点及难点	1
1.2 键盘输入法	1
1.3 键盘	1
1.4 切换汉字输入方法	2
1.4.1 中英文切换	2
1.4.2 全角/半角切换	2
1.4.3 汉字输入法切换	2
1.4.4 软键盘切换	2
1.5 “智能 ABC” 输入法简介	3
1.5.1 单字输入	3
1.5.2 词语输入	3
1.5.3 “智能 ABC” 中的中文标点	3
1.5.4 在中文状态下输入大、小写英文字母（以“智能 ABC”为例）	3
1.6 实验——中英文打字练习	3
1.7 备注	4
第 2 章 Windows 2000 操作系统	5
2.1 学习重点及难点	5
2.1.1 “显示属性” 设置	5
2.1.2 “区域选项” 设置	5
2.1.3 查找文件及文件夹	5
2.1.4 创建快捷方式	5
2.1.5 “任务栏属性” 设置	5
2.2 “显示属性” 的设置	5
2.2.1 实验目的	5
2.2.2 实验内容	6
2.2.3 实验操作步骤	6
2.3 “区域选项” 设置	8
2.3.1 实验目的	8
2.3.2 实验内容	9
2.3.3 实验操作步骤	9
2.4 创建快捷方式	12
2.4.1 实验目的	12
2.4.2 实验内容及操作步骤	12

2.5	“任务栏属性”设置.....	15
2.5.1	实验目的	15
2.5.2	实验内容	15
2.5.3	实验操作步骤	15
2.6	备注	16
第3章	文件及文件夹操作	17
3.1	学习重点及难点.....	17
3.2	文件夹操作.....	17
3.2.1	实验目的	17
3.2.2	实验内容	17
3.2.3	实验操作步骤	17
3.3	文件操作.....	20
3.3.1	实验目的	20
3.3.2	实验内容	20
3.3.3	实验操作步骤	20
3.4	备注	24
第4章	Excel 2000 操作	26
4.1	学习重点及难点.....	26
4.1.1	工作表的简单操作.....	26
4.1.2	工作表内容的复制.....	26
4.1.3	工作表的行、列设置.....	26
4.1.4	公式和函数	26
4.1.5	工作表的格式化.....	26
4.1.6	图表	26
4.1.7	数据库管理	26
4.1.8	页面设置	26
4.2	Excel 2000 实验.....	27
4.2.1	实验目的	27
4.2.2	实验内容及操作步骤.....	27
4.3	Excel 2000 综合实验.....	83
4.3.1	综合实验内容	83
4.3.2	综合实验操作步骤.....	84
4.4	备注	88
第5章	PowerPoint 2000 操作	89
5.1	学习重点及难点.....	89
5.1.1	演示文稿的基本操作.....	89
5.1.2	演示文稿格式化.....	89
5.1.3	设置统一外观	89

5.1.4	演示技术	89
5.1.5	链接	89
5.2	PowerPoint 2000 实验	89
5.2.1	实验目的	89
5.2.2	实验内容及操作步骤	90
5.3	PowerPoint 2000 综合实验	133
5.3.1	综合实验内容	133
5.3.2	综合实验操作步骤	134
5.4	备注	140
第 6 章	FrontPage 2000 操作	141
6.1	学习重点及难点	141
6.1.1	格式化操作	141
6.1.2	网页元素的插入	141
6.1.3	创建表格	141
6.1.4	设置网页属性	141
6.1.5	建立链接	141
6.1.6	表单	141
6.2	FrontPage 2000 实验	141
6.2.1	实验目的	141
6.2.2	实验内容及操作步骤	142
6.3	FrontPage 2000 综合实验	175
6.3.1	综合实验内容	175
6.3.2	综合实验操作步骤	177
6.4	备注	182
第 7 章	Internet Explorer 操作	184
7.1	学习重点及难点	184
7.2	网页的浏览	184
7.2.1	实验目的	184
7.2.2	实验内容	184
7.2.3	实验操作步骤	184
7.3	图片的保存	185
7.3.1	实验目的	185
7.3.2	实验内容及操作步骤	185
7.4	网页的保存	189
7.4.1	实验目的	189
7.4.2	实验内容及操作步骤	189
7.5	Internet 高级选项设置	192
7.5.1	实验目的	192

7.5.2	实验内容	192
7.5.3	实验操作步骤	192
7.6	主页地址的设置	193
7.6.1	实验目的	193
7.6.2	实验内容	194
7.6.3	实验操作步骤	194
7.7	收藏夹的设置及网页地址的保存	194
7.7.1	实验目的	194
7.7.2	实验内容及操作步骤	194
7.8	备注	196
第 8 章	Outlook Express 操作	197
8.1	学习重点及难点	197
8.2	删除账号及新建账号	197
8.2.1	实验目的	197
8.2.2	实验内容	197
8.2.3	实验操作步骤	197
8.3	发送邮件	199
8.3.1	实验目的	199
8.3.2	实验内容	200
8.3.3	实验操作步骤	200
8.4	Outlook Express 选项设置	200
8.4.1	实验目的	200
8.4.2	实验内容	200
8.4.3	实验操作步骤	201
8.5	备注	203
附录 A	浙江省高校计算机等级考试大纲（一级 Windows 2000/Office 2000 平台）	204
附录 B	浙江省等级考试系统（一级）使用说明	207
附录 C	《计算机等级考试辅导（一级）》课后习题参考答案	209
	参考文献	214

第 1 章 文字录入

1.1 学习重点及难点

- 1. 熟练掌握一种汉字输入法
- 2. 汉字输入速度要求 12 字/分钟，西文输入速度要求 60 字符/分钟
- 3. 学会使用软键盘
- 4. 掌握全角和半角的切换
- 5. 掌握特殊中文标点符号的输入
- 6. 在中文输入法状态下输入英文大、小写字母

1.2 键盘输入法

这是最常用的利用各种汉字输入方法的编码敲击键盘来输入汉字的方法，这些编码包括数字码、拼音码、字形码、其他音形或形音综合码 4 种。

- 1. 数字码：如区位码、电报码。优点是无重码。缺点是代码难以记忆。（已基本淘汰。）
- 2. 拼音码：如全拼、双拼等。优点是简单易学。缺点是全拼输入速度较慢，智能 ABC 尚可。
- 3. 字形码：如五笔字型输入法。优点是码字较短、输入速度快。缺点是需要一段时间的学习和记忆。
- 4. 其他：包括音形码、形音码。

1.3 键盘

键盘上主要控制键和编辑键的键名及功能如表 1-1 和表 1-2 所示。

表 1-1 标准打字键区控制键的功能

键 名	功 能
Tab	跳格键。每按一次，光标在屏幕上移动 8 列
Caps Lock	字母大小写转换键。在键盘的右上角有一个与之对应的标志灯，灯亮时处于大写状态
Shift	上档键。作用有两个：用于字母大小写的临时切换；用于取得某个键上的上档字符。如“:”的输入需先按住 Shift 键，然后再按下“:”所在的键
Ctrl	控制键。必须和其他键联合使用，以完成某些特定功能。如 Ctrl+S 键用于保存
Alt	选择键。和其他键联合使用，以完成某些特定的功能。如在 Windows 2000 操作系统中，Alt+F4 键用于关闭应用程序窗口
Enter	回车键。在编辑状态下用于换行
Back Space	退格键。用于删除光标左边的字符

表 1-2 编辑键的功能

键 名	功 能
Home	将光标移到行首
End	将光标移到行尾
Page Up	向前翻页
Page Down	向后翻页
Insert	插入/改写状态切换
Delete	删除光标右边的字符

1.4 切换汉字输入方法

1.4.1 中英文切换

方法一：按 Ctrl +Space 键。

方法二：单击输入法状态条  标准  中的“中英文切换”按钮 。

方法三：单击“输入法指示器”  CH，在弹出的输入法菜单中选择英文或汉字输入法（见图 1-1）。

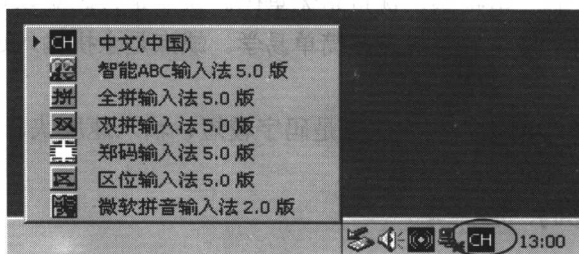


图 1-1

1.4.2 全角/半角切换

方法一：按 Shift+ Space 键。

方法二：单击输入法状态条  标准  中的“全角/半角切换”按钮 。

1.4.3 汉字输入法切换

方法一：按 Ctrl+Shift 键。

方法二：单击“输入法指示器”  CH，在弹出的输入法菜单中选择一种汉字输入法（见图 1-1）。

1.4.4 软键盘切换

右击输入法状态条  标准  中的软键盘按钮 ，弹出所有的软键盘菜单（见图 1-2），选择其中的一种软键盘后（如选择“标点符号”），对应的软键盘会显示在屏幕上（见图 1-3）。如果要取消软键盘，可直接单击输入法状态条  标准  中的软键盘按钮 。

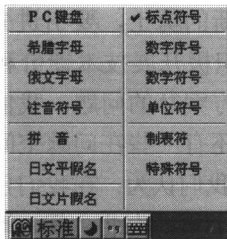


图 1-2

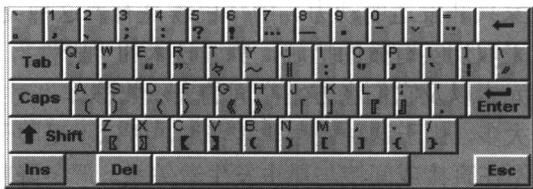


图 1-3

1.5 “智能 ABC” 输入法简介

只要能熟练掌握一种中文输入法即可，下面介绍“智能 ABC”输入法（又称“标准”输入法）的使用。

1.5.1 单字输入

单字输入非常简单，在小写状态下，将拼音照原样全部输入，其中u用v代替，但ue 需采用 ue。输入方法：输入拼音原样 → 按空格键 → 翻页查找 → 按键盘上对应数字键（可以使用 键或 Page Up、Page Down 键进行翻页）。

1.5.2 词语输入

方法一：逐个输入单字编码，按空格键。例如，我们 women+space。

方法二：省去韵母（混拼）的输入方法。例如，我们 wom+ space、wmn+ space 或 wm+ space。

1.5.3 “智能 ABC” 中的中文标点

输入中文标点时，需按下键盘上的某个对应键，此时屏幕将显示出相应的中文标点，如表 1-3 所示。

某些标点键第一次按与第二次按所显示的符号是不同的。如书名号的输入键为 和 ，第一次按 Shift+ 键时，对应的输出字符为“《”，再按 Shift+ 键时，则出现“》”。此后如果按 Shift+ 键出现“）”，当“>”与“<”能匹配时，再次按 Shift+ 键时，才出现“》”。

表 1-3 键盘上的“标点键”及中文显示

键	显 示	键	显 示	键	显 示	键	显 示	键	显 示
,	‘ ’	“	“ ”	\	、	<	《 》	>	》 》
^		\$	¥	-	—	@	•	&	—

1.5.4 在中文状态下输入大、小写英文字母（以“智能 ABC”为例）

在“智能 ABC”状态下，按下键盘上的 Caps Lock 键，则输入法状态条变成 ，此时按键盘上的字母键时，输入的字母将变成大写字母；按住 Shift 键再按键盘上的键时，输入的字母将变成小写字母。

1.6 实验——中英文打字练习

要求：在全角状态及中文标点状态下输入。在 Word 文档中练习，注意特殊的标点符号。

回顾世界近几百年的历史，这有种种的历史原因*做科技创新的勇士，要引进先进技%创新是国家兴旺发达的动力。中华民族是有着这种灵魂的民族Y积极开展技术评价和技术预见工作，采取切实有效的措施，驯服技术的“野性”，所以在阅读方案#的问题。我们将问题空间中的元素以及它们在方案空间的表示物称作“对象”。当然，还有一些在问题空间没有！跨出了一大步，由于这种表达非常普遍，所以不受限于特定类型？我们认为：在我们日常生活中，无时不在直接或间接与昆虫发生着关系。严冬降临之前这段季节里{南北之间、地面和`高空之间的能量和物质不断交换，生成复杂的气象变化和气候变化。大气科学将从气压的变化”热能主要来源于太阳，热能交换使大气的温度有升有降。空气的运动和气压系统的变化活动，使地球上海陆之间〈大气的结构、大气的基本性质以及主导大气状态的运动规律等。新动物开始移居巴西/飞行人员，教他们如何躲避最精良的侦察设备。奇塔猫看上去像里约热内卢《曼多兰》杂志载的漫画动物。3~6岁的儿童正好处于好动阶段；1877年，爱迪生正在从事电灯的改进工作。因为当时的电灯用碳丝做灯丛〉却还是犯了一些不应该犯的错误。在他生活的那个年代里，科学家已经认识到原子是构成物质的基本单位。但是〔中国如十景病尚存%，悲剧将人生的有价值的东西毁灭给人看，喜剧将那无价值的撕破给人看。汽车走过这样一段历史：1771年，奥林匹克运动会实况。这是人类有史以来第一次通过电视屏幕同时间观看千里之外发生的事，1964年——宇宙飞船最重要的用途之一，就是为空间站和月球基地等接送航天员和物资。也是被最先使用的一种载人航天·后一种不返回地面，而是在空间轨道上长期的运行。载人航天器现已经把500多人送上太空，其中12人登月！是时代的需要〕该栏目的科普社会效益将在科技教育中占重要地位。早期网络只解决%%面，而且远程机器有权决定如何处理我们请求或者发送的数据。以及为Y¥其他地方某台机器上的信息，并把它们移到这儿；或者相反。这与读写文件非常相似，只是文件存在于远程机##块的来回运输；以及握手等等。但是，联网本身的概念并不是很难。我们想获得位·茫茫星海，深不可测；天河如链，繁星似尘。“一定就是农夫所说的怪屋了}给3兄弟指出出路后，一再告诫他们不要接近怪屋。可是等农夫一走，十分好奇的3兄弟还是忍不住来到山腰间=农夫很是惊讶地问+道：“怎么你们想去找那幢怪屋吗？”“什么怪屋？”3兄弟根本不知道有幢怪屋。那位农夫+可是当他们途经一座小山时，迷了路，在小山附近转不出来。3人忙拦住农夫问题、1963年3月26日，在澳大利亚的克勒克福特的郊外，兄弟3人洛伊、克尼以及哈伦正骑单车去看一位朋友。前后足的内趾（即大姆指）在实际上，它不仅仅是现代马的始祖，而且还是与马有着密切的亲缘关系的整个奇蹄类动物的最早的类型。事实上，HTML总是在服务器端产%的特定应用标签来扩展它。重要性等这·把数据和数据的表现形式混在了一起，这使得分开两者变得相当的困难。随着Web应用的不断发展，HTML的局限性也越来越明显的体现出来了：

1.7 备注

1. 文字录入必须在全角状态下、中文标点状态下  输入。
2. 文字录入的速度达到5分钟之内输入150个正确的汉字和字符时为满分。
3. 阿拉伯数字和中文标点符号必须在中文状态下、全角状态下、中文标点状态下  输入。
4. 大、小写英文字母必须在中文状态下、全角状态下、中文标点状态下  输入，不能切换到英文状态（即CH（中文））下输入。

第2章 Windows 2000 操作系统

2.1 学习重点及难点

2.1.1 “显示属性”设置

1. 设置桌面墙纸
2. 设置桌面图案
3. 设置屏幕保护程序及等待时间
4. 设置显示外观方案
5. 设置显示效果

2.1.2 “区域选项”设置

1. 设置数字
2. 设置货币
3. 设置时间
4. 设置日期

2.1.3 查找文件及文件夹

1. 通配符的使用
2. 文件的查找（主要是应用程序的查找）
3. 文件夹的查找

2.1.4 创建快捷方式

1. 快捷图标的认识
2. 在桌面上创建快捷方式
3. 在“开始”菜单的“程序”中创建快捷方式

2.1.5 “任务栏属性”设置

1. 任务栏的位置
2. 任务栏的使用
3. 任务栏的属性设置

2.2 “显示属性”的设置

2.2.1 实验目的

1. 熟悉窗口和图标操作。
2. 掌握桌面墙纸、背景图案、屏幕保护程序及等待时间、外观方案、显示效果等操作。
3. 注意保存。

2.2.2 实验内容

实验 1:

1. 设置桌面墙纸，选择“Blue Lace 16”为背景图片并将桌面墙纸的图片显示方式设置为“居中”。
2. 设置属性背景图案为“铆钉板”。
3. 设置屏幕保护程序为“贝塞尔曲线”，然后将屏幕保护程序运行的等待时间设置为“100 分钟”。
4. 设置显示属性的外观方案为“淡绿色”。
5. 设置显示属性，使得“在活动桌面上显示 Web 内容”。
6. 设置显示效果属性为“使用大图标”、“使用所有可能的颜色显示图标”、“拖动时显示窗口内容”。

2.2.3 实验操作步骤

操作 1:

① 右击桌面空白处，在弹出的快捷菜单中选择“属性”命令（或者通过“开始”→“设置”→“控制面板”命令打开如图 2-1 所示的“控制面板”窗口，找到“显示”图标，然后双击），打开“显示属性”对话框（见图 2-2）。

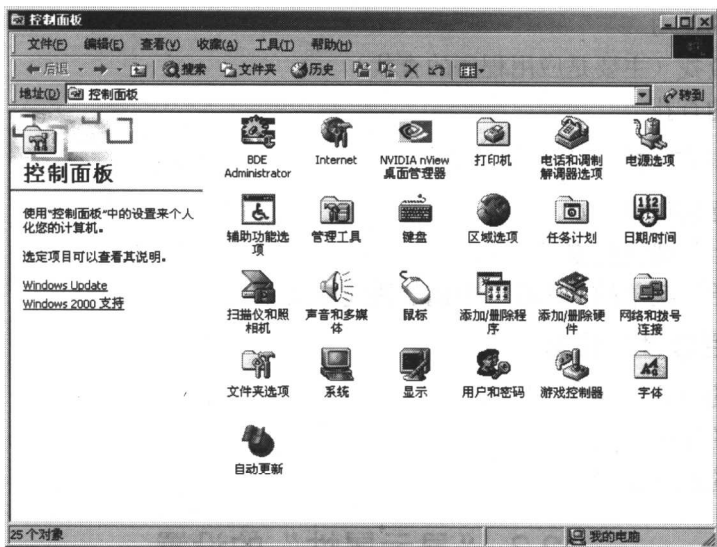


图 2-1

- ② 选择“背景”选项卡，在“选择背景图片或 HTML 文档作为墙纸”列表框中选择“Blue Lace 16”为桌面背景图片。
- ③ 在“显示图片”下拉列表框中选择“居中”。
- ④ 单击“应用”按钮。

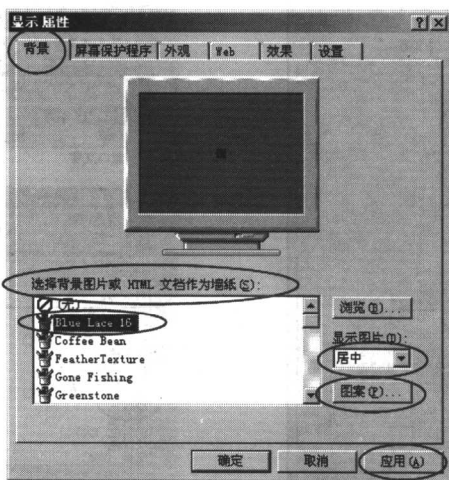


图 2-2

操作 2:

- ① 在“背景”选项卡（见图 2-2）中，单击“图案”按钮，打开“图案”对话框（见图 2-3）。
- ② 在“图案”列表框中选择“铆钉板”，然后单击“确定”按钮，关闭“图案”对话框。
- ③ 单击“显示属性”对话框中的“应用”按钮（见图 2-2）。

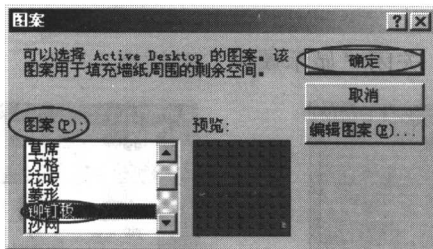


图 2-3

操作 3:

- ① 选择“屏幕保护程序”选项卡（见图 2-4）。
- ② 在“屏幕保护程序”下拉列表框中选择“贝塞尔曲线”，在“等待”数值框中输入“100”。
- ③ 单击“应用”按钮。

操作 4:

- ① 选择“外观”选项卡（见图 2-5）。
- ② 在“方案”下拉列表框中选择“淡绿色”。
- ③ 单击“应用”按钮。

操作 5:

- ① 选择“Web”选项卡（见图 2-6）。
- ② 选中“在活动桌面上显示 Web 内容”复选框。

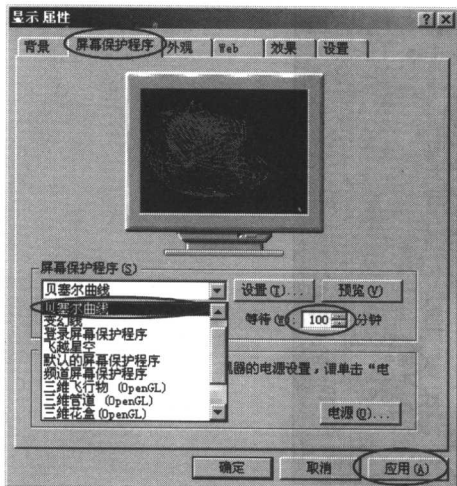


图 2-4

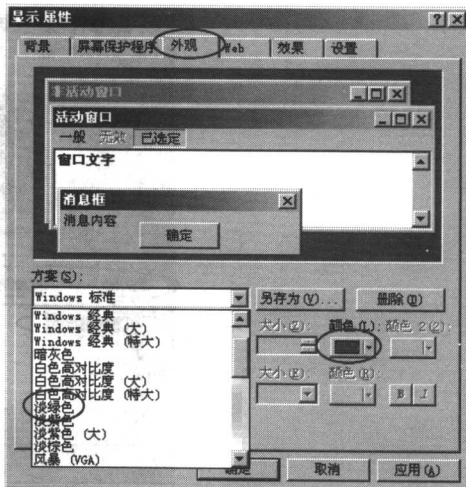


图 2-5

③ 单击“应用”按钮。

操作 6:

① 选择“效果”选项卡（见图 2-7）。

② 选中“使用大图标”、“使用所有可能的颜色显示图标”和“拖动时显示窗口内容”3个复选框。

③ 单击“应用”按钮。

④ 单击“确定”按钮，关闭“显示属性”对话框。

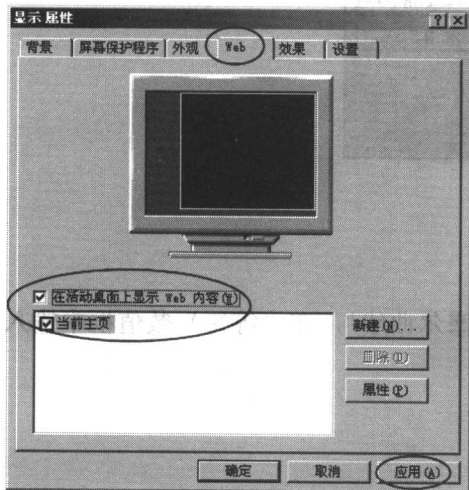


图 2-6

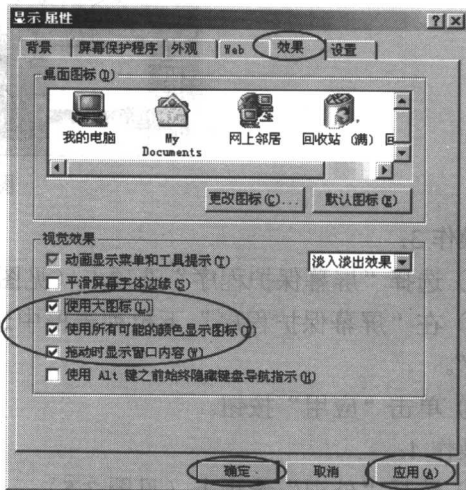


图 2-7

2.3 “区域选项”设置

2.3.1 实验目的

1. 熟悉“控制面板”窗口和图标操作。

2. 掌握数字、货币、日期、时间等操作。
3. 注意保存。

2.3.2 实验内容

实验 2:

1. 设置数字的小数点为“。”。
2. 设置数字的小数点后位数为“4”。
3. 设置数字的数字分组符号为西文符号“;”，设置数字的数字分组为“123;456;789”。
4. 设置数字的负号为“负”，设置数字的负数格式为“1.1 负”。
5. 设置数字的零起始显示为“0.7”。
6. 设置数字的列表分隔符为“、”。
7. 设置数字的度量衡系统为“美制”。
8. 设置货币符号为“\$”，设置货币正数格式为“1.1 \$”。
9. 设置货币的小数点为“。”。
10. 设置时间格式为“tt h:mm:ss”。
11. 设置时间的分隔符为“:”。
12. 设置时间的上午符号为“am”，设置时间的下午符号为“PM”。
13. 设置短日期格式为“yy-M-d”。
14. 设置日期分隔符为“/”。
15. 设置长日期格式为“dddd yyyy'年'M'月'd'日'”。

2.3.3 实验操作步骤

操作 1:

① 通过“开始”→“设置”→“控制面板”命令打开如图 2-1 所示的窗口，找到“区域选项”图标，双击后打开“区域选项”对话框（见图 2-8）。

② 选择“数字”选项卡（见图 2-9），在“小数点”组合框中输入“。”。

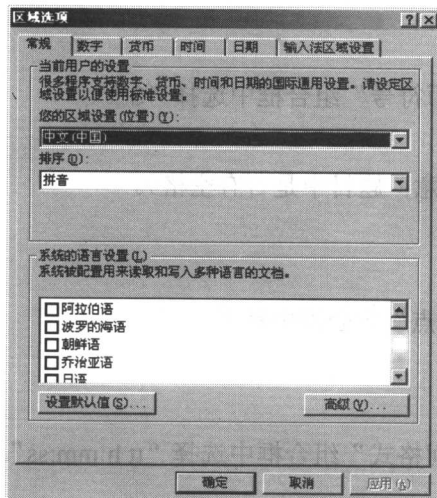


图 2-8

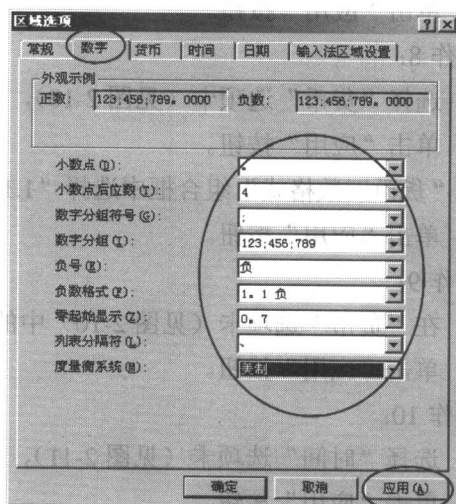


图 2-9