



高等职业教育计算机精品系列规划教材

计算机应用基础 实训教程

郑春姬 主编

王鹏华 薛永三 主审



教材资源网址：
<http://edu.tqbooks.net>

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



【教育部《中等职业学校计算机应用基础课程教学大纲》（2012年修订）指定教材】

计算机应用基础 实训教程

主编 王 强

主审 王 强 王 强



清华大学出版社
Tsinghua University Press

ISBN 978-7-302-51111-1
9 787302 511111

高等职业教育计算机精品系列规划教材

计算机应用基础实训教程

郑春姬 主 编

慕亚茹 董锡臣 孙 昕 于雪梅 副主编

王鹏华 薛永三 主 审

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

内 容 简 介

本书是《计算机应用基础》的配套教材,以一系列贴近实际职业应用的案例为主线,采用任务驱动的编写方法,将基本操作和实用技术融入任务中,在满足目前办公自动化操作的基本需要的同时,又有所拓展与提高。本书注重信息素养的培养,突出办公事务信息化处理能力和职业岗位的信息化服务能力,对学生可持续发展的再学习能力的提高可起到重要作用。

本书共分7章,主要包括:微型计算机硬件安装及维护、Windows操作系统、Word高级应用、Excel高级应用、PowerPoint综合应用、计算机网络应用及常用工具软件。每章课后附有大量的操作练习题,为训练学生独立解决实际问题的能力提供较好的平台。

本书适合作为高职高专职业教育公共基础课的教材,也可作为各类计算机应用基础培训教材,对计算机初学者也具有很好的参考价值。

图书在版编目(CIP)数据

计算机应用基础实训教程 / 郑春姬主编. — 北京 :
中国铁道出版社, 2010. 8

(高等职业教育计算机精品系列规划教材)

ISBN 978-7-113-11663-7

I. ①计… II. ①郑… III. ①电子计算机—高等学校:
技术学校—教材 IV. ①TP3

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第143412号

书 名: 计算机应用基础实训教程

作 者: 郑春姬 主编

策划编辑: 严晓舟 张 铁

责任编辑: 徐盼欣

编辑助理: 胡京平

封面设计: 付 巍

版式设计: 于 洋

读者热线电话: 400-668-0820

封面制作: 白 雪

责任印制: 李 佳

出版发行: 中国铁道出版社(北京市宣武区右安门西街8号 邮政编码: 100054)

印 刷: 三河市华业印装厂

版 次: 2010年8月第1版 2010年8月第1次印刷

开 本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 10.5 字数: 242千

印 数: 4 500册

书 号: ISBN 978-7-113-11663-7

定 价: 18.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书,如有印制质量问题,请与本社计算机图书批销部联系调换

高等职业教育计算机精品系列规划教材

主 任：左晓英

副主任：薛永三 彭德林

委 员：（按姓氏笔画排序）

王立萍	王树军	王晓平	王海	王鹏华
孔祥春	石云峰	吕强	孙丽丽	许洪军
吴文庆	吴伯英	张大龙	李军	李菲菲
李静	杜金晶	陈亚玲	武金艳	金钟伟
宫洁	祖国强	赵凤芝	郝世峰	唐言
徐晓丽	徐翠娟	敖冰峰	贾晓芳	郭志强
郭宝清	崔玉波	梁丽红	程显林	葛骥文
董万里	解晨光	訾世庆		

近年来,我国高等职业教育迅速发展,职业教育研究也不断深入与扩展,并且在一定程度上取得了一些成效。

研究证明,在世界迈入知识经济和信息化时代的今天,仅拘泥于“岗位能力”需要的职教课程已远远不能满足人的“全面发展”,素质培养开始进入职教视野。全面提高学生职业素养,完善其个人品格,培养成功的创业者便成为新世纪高职教育的基本使命。

教材建设是课程建设的重要部分,编写一个实用、有效、有价值的教材,是高职教育课程改革必不可少的工作。

黑龙江省计算机教学指导委员会关于教材建设的指导思想和思路是:

1. 教材必须符合高职院校人才培养目标需求。
2. 教材应符合学生的实际特点,必须与专业建设和学科建设配套。
3. 在教材中要全面贯彻教育思想,由教知识、教技术转变为帮助或引导学生学知识、学技术,要在教材编写技法上引导学生学会学习、学会观察、学会思考、学会创新、学会自我提升、学会做人、学会生存。

本套教材的编写是在充分研究与教学实践基础上进行的,主要做了以下基础工作:

1. 关于定位的思考

职业院校与普通院校的学生的根本差别不是水平高低的差别,而是类型的不同。信息社会的经济发展对新型人才提出具有综合职业能力的要求,其中基本发展能力是高职学生的关键能力之一,计算机类课程设置的目的是培养学生的信息能力,提高学生的信息素养。

公共计算机教学就是培养学生自觉主动地学习和掌握计算机基本知识和基本操作技能,并将它作为自己应该具备的基本素质。

2. 关于教育观念的思考

“人格本位”课程模式超越了“能力本位”,以提高劳动者全面职业能力为核心,关注人的全面发展和素质养成,致力于人格的完善。

纵观世界职教课程的演进过程,“学科本位—能力本位—人格本位”是人们对职业教育由浅入深的渐进认识过程,也是高职教育不断适应社会发展的必然选择和自主调整。它是高职教育对当代社会的有力回应。高职教育要想办法弥补单纯重视能力本位的不足,必须突出职业性人格素质的培养。

3. 关于在教学过程中体现职教思想的实践

在新的教学理论基础上，构建一个完整的教学过程应该有教师导课、学生练习、完成任务、综合评价、理论提升几个环节。

根据以上指导思想与思路，教材委员会组织高水平的教材编写队伍，通过充分论证，推出本套教材。

教材要百花齐放，推陈出新。应当针对不同的需要，编写出不同特点的教材，同时教材应在教学实践中接受检验，不断完善。

教材作者都是从事高职计算机教育、具有丰富教学经验的优秀教师，他们对高职教育有较深入的研究。相信由这个优秀团队编写的教材会取得好的效果，受到大家的欢迎。

由于高职计算机教育发展迅速，新的经验层出不穷，我们会不断总结经验，及时修订和完善本系列教材。欢迎大家提出宝贵意见。

黑龙江省高职高专教育计算机类专业指导委员会

左晓英

2010年6月

随着计算机信息技术的广泛应用,掌握计算机基本应用技术已经成为企业对各类专业人才的基本要求。虽然目前计算机已基本普及,学生接触、使用计算机的机会很多,但针对性与系统性训练的缺乏,使学生在应用计算机基本工具解决实际问题上显得力不从心。为适应信息技术教育的发展,帮助学生学习与掌握计算机实用技术,加强计算机应用的实训教学,是一项非常迫切的重要任务。

为适应高职院校的职业化教学特点和计算机基础教学改革的需要,本书在编写过程中做了如下三点改进:

一是以一系列贴近实际职业应用的案例为主线,采用任务驱动的编写方法,以基础宽泛、应用具体为原则,提高学生就业能力为目的,满足目前办公自动化操作的需要。

二是注重信息素养的培养和信息技术应用能力的提高,突出学生办公事务信息化处理能力和职业岗位的信息化服务能力,对毕业后能迅速适应岗位需要、具有可持续发展的再学习能力,起到重要作用。

三是将能力的培养分解成同步训练、自主训练、拓展训练三步,同步训练主要培养学生的学习能力,自主训练主要培养学生的应用能力,拓展训练主要培养学生的创新能力,逐步推进学生计算机基本操作能力的培养。

本书是《计算机应用基础》(中国铁道出版社,2010年8月出版,王鹏华主编)的配套实训教材。全书共分7章,包括微型计算机硬件安装及维护、Windows操作系统、Word高级应用、Excel高级应用、PowerPoint综合应用、计算机网络应用、常用工具软件等内容。

本书采用任务驱动的编写方法,将基本操作和实用技术融入任务中,培养学生解决实际问题的能力。每个任务包括任务背景、任务分析、实现方法与步骤、技巧与拓展、任务评估。任务背景反映在计算机实际应用中的问题;任务分析意在引导学生掌握对任务的理解方法,对完成任务的设计方法,以及解决问题必须掌握的知识;实现方法与步骤带领学生运用综合技巧完成任务;技巧与拓展为提升学生的操作能力提供平台;任务评估则是从职业人角度对学生的动态评估过程,也是学生的职业发展方向。每章课后都附有大量的操作练习题,为训练学生提供独立解决实际问题能力的较好的平台,这些操作练习题都是经过编者精心筛选和设计的,尽量将需要掌握的技能融入与实际应用相贴近的实践任务之中。

本书由多所职业院校中多年从事计算机教学的一线专职教师编写。全书由郑春姬担任主编，制定编写大纲，并负责统稿工作；由慕亚茹、董锡臣、孙昕、于雪梅任副主编；王鹏华、薛永三主审。各章编写情况如下：郑春姬编写第 3、6 章，慕亚茹编写第 5、7 章，董锡臣编写第 1、2 章，孙昕编写第 4 章。

本书在编写过程中，得到了中国铁道出版社和编者所在学校——黑龙江旅游职业技术学院、黑龙江信息职业技术学院的大力支持，在此表示衷心的感谢。同时对在编写过程中参考的大量文献资料的作者一并致谢。希望我们的努力能够对高职院校计算机应用基础教学工作有所帮助，由于时间仓促且水平有限，书中缺点和不足之处在所难免，恳请专家、读者提出宝贵的意见和建议。

编 者

2010 年 6 月

第 1 章 微型计算机硬件安装及维护	1
第 2 章 Windows 操作系统	8
2.1 Windows 操作系统安装	8
2.1.1 任务背景	8
2.1.2 任务分析	8
2.1.3 实现方法与步骤	9
2.1.4 技巧与拓展	14
2.1.5 任务评估	14
2.2 Windows 常规管理	14
2.2.1 任务背景	14
2.2.2 任务分析	15
2.2.3 实现方法与步骤	16
2.2.4 技巧与拓展	20
2.2.5 任务评估	22
2.3 应用软件安装及使用	22
2.3.1 任务背景	22
2.3.2 任务分析	22
2.3.3 实现方法与步骤	23
2.3.4 任务评估	24
第 3 章 Word 高级应用	26
3.1 求职简历制作	26
3.1.1 任务背景	26
3.1.2 任务分析	26
3.1.3 实现方法与步骤	27
3.1.4 技巧与拓展	31
3.1.5 任务评估	32
3.2 冰雪旅游简报制作	32
3.2.1 任务背景	32
3.2.2 任务分析	33
3.2.3 实现方法与步骤	33

3.2.4	技巧与拓展	43
3.2.5	任务评估	44
3.3	毕业论文的综合排版	44
3.3.1	任务背景	44
3.3.2	任务分析	44
3.3.3	实现方法与步骤	45
3.3.4	技巧与拓展	55
3.3.5	任务评估	56
3.4	客户邀请函	56
3.4.1	任务背景	56
3.4.2	任务分析	57
3.4.3	实现方法与步骤	58
3.4.4	技巧与拓展	64
3.4.5	任务评估	64
第 4 章	Excel 高级应用	71
4.1	员工工资表的制作	71
4.1.1	任务背景	71
4.1.2	任务分析	71
4.1.3	实现方法与步骤	72
4.1.4	技巧与拓展	76
4.1.5	任务评估	77
4.2	公司销售数据的分析处理	78
4.2.1	任务背景	78
4.2.2	任务分析	78
4.2.3	实现方法与步骤	78
4.2.4	技巧与拓展	83
4.2.5	任务评估	84
4.3	酒店销售数据的分析处理	84
4.3.1	任务背景	84
4.3.2	任务分析	85
4.3.3	实现方法与步骤	85
4.3.4	技巧与拓展	90
4.3.5	任务评估	91
第 5 章	PowerPoint 综合应用	105
5.1	制作工作汇报 PPT	105

5.1.1	任务背景	105
5.1.2	任务分析	105
5.1.3	实现方法与步骤	106
5.1.4	技巧与拓展	112
5.1.5	任务评估	113
5.2	制作年度行业发展分析 PPT	114
5.2.1	任务背景	114
5.2.2	任务分析	114
5.2.3	实现方法与步骤	114
5.2.4	技巧与拓展	120
5.2.5	任务评估	121
5.3	新产品发布 PPT 综合制作	122
5.3.1	任务背景	122
5.3.2	任务要求	122
5.3.3	任务完成结果	122
第 6 章	计算机网络应用	130
6.1	网上信息搜索、处理与应用	130
6.1.1	任务背景	130
6.1.2	任务分析	130
6.1.3	实现方法与步骤	132
6.1.4	技巧与拓展	135
6.1.5	任务评估	138
6.2	即时通信软件在工作中的应用	138
6.2.1	任务背景	138
6.2.2	任务分析	138
6.2.3	实现方法与步骤	138
6.2.4	任务评估	140
第 7 章	常用工具软件	143
7.1	下载工具——迅雷	143
7.1.1	任务背景	143
7.1.2	任务分析	143
7.1.3	实现方法与步骤	143
7.1.4	使用技巧	146
7.1.5	任务评估	147
7.2	图像捕捉工具——SnagIt	147

7.2.1 任务背景	147
7.2.2 任务分析	148
7.2.3 实现方法与步骤	148
7.2.4 使用技巧	152
7.2.5 任务评估	153
参考文献	155

第 1 章 微型计算机硬件安装及维护

1. 任务背景

如今，微机的普及率越来越高，已广泛应用于人们的生活、工作和学习中。但面对计算机市场上众多“参数”、“品牌”，初涉计算机的用户还是感觉很迷茫，微机的价位、性能、款式等都给用户带来很多困扰。因此，掌握基本的微机硬件参数和了解微机品牌，对合理选购微机显得很重要。

2. 任务分析

为了营造现代化企业办公环境，提高日常工作效率，需要定期淘汰落后的办公设备，微机也不例外。因此，在处理日常工作任务中，员工学会独立配置全新计算机，为企业的日常管理提供了方便。

选购一台满足需要的计算机首先要掌握选购计算机的原则：

(1) 资金预算

通常情况下，计算机的价格和性能成正比，因此我们购买计算机时，一定认真思考购置微机的用途，在满足日常所需的前提下，优选性价比高的产品，也就是“只买对的，不买贵的”。

(2) 微机的用途

比如说，计算机的主要用途是写稿件、上网和听音乐，那么这台计算机的侧重点就应放在稳定的性能、亮丽的色彩显示、优美动听的音质、舒适的键盘和鼠标手感上。一般学生用户，配机的侧重点为性价比高、速度稳定；家庭用户的侧重点是计算机使用的舒适度、稳定、速度、价格。

微机购置流程如图 1-1 所示。

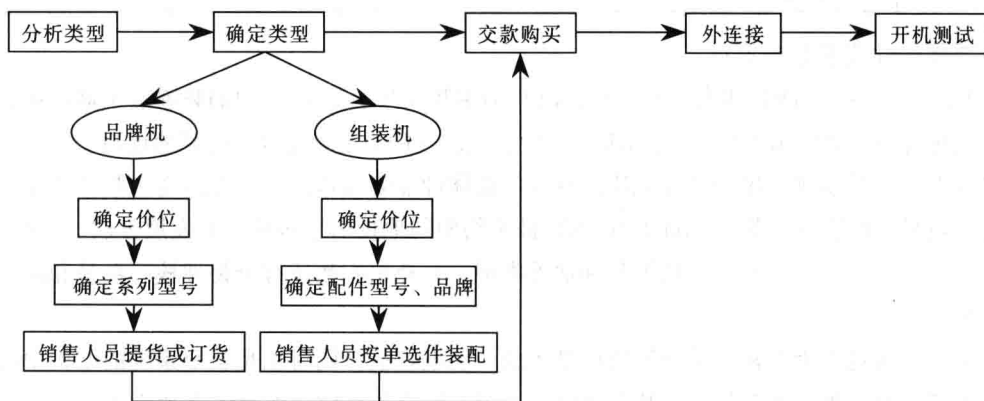


图 1-1 微机购置流程图

一般先根据工作任务分析需求，确定购置的微机类型、型号，到计算机市场选购计算机，到

货后对计算机进行外部连接,开机测试。

3. 实现方法与步骤

(1) 需求分析

① 公司拟购买的 5 台计算机分别用于财务管理(1 台)、图纸设计(2 台)、信息化办公(2 台)。根据需求,用做财务管理的机器选配品牌高端计算机,保证安全稳定地提供服务;用做图纸设计的计算机进行散件装配,选用高端主板、高端 CPU 和高端显卡,确保工作顺畅;信息化办公选配品牌中端计算机,以够用稳定、节约开销为原则。

② 推荐选择的台式机品牌,如表 1-1 所示。

表 1-1 推荐的台式机品牌

排 名	台式机品牌	排 名	台式机品牌
1	联想	6	长城
2	惠普	7	明基
3	华硕	8	方正
4	戴尔	9	海尔
5	清华同方	10	神舟

排名提示:排名顺序并不严格,每季度、每月甚至每天都会随着公众的认可度发生一定幅度的变化。不要过于追求品牌,但一般相同条件下,品牌是首选,大品牌厂商会有品质和售后服务上的保证,为日后使用维护省去许多烦恼。

③ 推荐组装机主要的散件品牌,如表 1-2 所示。

表 1-2 推荐的组装散件品牌

散件名称	推 荐 品 牌	主要性能参数
CPU	Intel、AMD	所属系列、主频、核心数
主板	华硕、微星、技嘉	芯片组、做工用料、板型
显示卡	七彩虹、影驰、双敏、盈通	GPU、显存容量、显存位宽
内存	金士顿、威刚、三星、宇瞻、现代	型号、容量、频率

主要硬件性能参数提示:

CPU:有 Intel 和 AMD 两大厂商系列,CPU 的主频实际上是 CPU 中的频率发生器在单位时间内发出的脉冲数,单位为 MHz 或者 GHz。一般来说,CPU 的主频越高,运算速度也就越快。在目前的情况下,单凭主频的提升已经无法使系统的整体性能明显地提升,并且高主频带来了处理器巨大的发热量。在这种情况下,Intel 和 AMD 都不约而同地投向了多核心的发展方向。目前,CPU 核心数有单核、双核、三核、四核等几种常见类型,另外核心数还有分物理核心数量和逻辑核心数量之分。

主板:主板也称为母板,是计算机中最大的一块电路板,同时也是整个系统的结构中心。芯片组是主板上最为重要的部件,它基本决定了主板的性能和品质。如 P35 芯片组主板优于 P31 芯片组主板。另外,主板的做工是否精细,扩展插槽类型是否丰富够用也要考虑。

显卡:显卡的 GPU 决定显卡性能,一般 GPU 由 NVIDIA 和 ATI 两大厂商生产。又细分为高、

中、低端多种系列,具体选购时再细查资料即可。同种 GPU 核心,显存容量大小、显存位宽对显卡性能都起决定性作用。

内存:内存类型目前常见的有 DDR2 和 DDR3 两种,后者是当前主流型号。内存容量是内存的重要参数,基本决定了内存的价格,容量越大价格越高。内存还有工作频率指标,一般结合安插的主板类型选用。

(2) 选购

① 到品牌计算机专卖店选购计算机,认真查看配置单,以当前性价比最优的产品为首选。

② 到散件装机店选购散件,注意观察散件的做工,优选推荐品牌,同时兼顾性价比。

提示

因微机的硬件配置更新较快,选购微机时要特别注意时效性。可到互联网上先搜索查询近期的主流配置,有一定了解后再购买。

(3) 产品到货后的外部连接

到货以后,还要把键盘、鼠标、显示器、音箱等外设同主机连接起来。具体操作步骤如下:

① 键盘、鼠标安装:将键盘插头接到主机 PS/2 插孔上,注意接键盘的 PS/2 插孔是靠向主机箱边缘的那一个插孔,如图 1-2 所示。

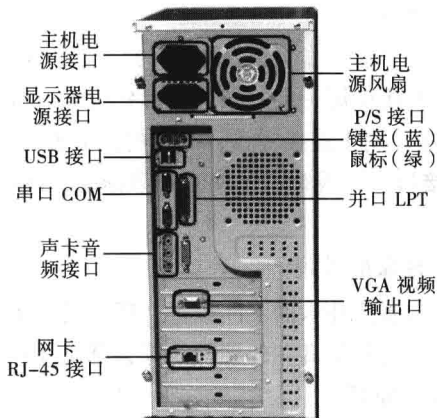


图 1-2 主机背面板接口示意图

将鼠标插头接到主机 PS/2 插孔中,鼠标的 PS/2 插孔紧靠在键盘插孔旁边。如果是 USB 接口的键盘或鼠标,则更容易连接,只需把该连接口对着机箱中相对应的 USB 接口插进去即可,如果插反则无法插进去。

② 显示器安装:

a. 连接显示器的电源:从附袋里取出电源连接线,将显示器电源连接线的另外一端连接到电源插座上。根据显示器的不同,有的将电源连接到主机电源上,有的则直接连接到电源插座上。

b. 连接显示器的信号线:把显示器后部的信号线与机箱后面的显卡输出端相连接,显卡的输出端是一个 15 孔的三排插座,只要将显示器信号线的插头插到上面就行了。插的时候要注意方向,厂商在设计插头的时候为了防止插反,将插头的外框设计为梯形,因此一般情况下是不容易插反的。如果使用的显卡是主板集成的,那么一般情况下显示器的输出插孔位置是在 USB 口的上方。注意:在连接显示器的信号线时不要用力过猛,以免弄坏插头中的针脚,只要把信号线插头轻轻

插入显卡的插座中,然后拧紧插头上的两个固定螺栓即可。

③ 音箱安装

音箱接在主板背面的 SPK 口 (3.5mm 孔径绿色圆口) 上。

④ 连接网线

最后将上网数据线 (双绞线) 水晶插头插入机箱背部的 RJ-45 网线接口。

⑤ 连接主机的电源线即可。

(4) 开机试验

现在,所有的设备都已经安装好,可以启动计算机。启动计算机后,可以听到 CPU 风扇和主机电源风扇转动的声音,还有硬盘启动时发出的声音。显示器开始出现开机画面,并且进行自检。至此,证明主机连接成功。

4. 技巧与拓展

(1) 鼠标键盘小知识

按接口类型,鼠标可以分为串口、PS/2、USB 三类,传统的鼠标是串口连接的,它占用了一个串行通信接口。PS/2 接口和 USB 接口的鼠标是目前市场上的主流产品,USB 接口常用于连接键盘、鼠标、数码照相机等外部设备。键盘有 PS/2 接口,也有 USB 接口。键盘后面的塑料块可以搬动,使键盘有点角度,便于操作。

(2) 接插口的颜色标识

为了更好地区分接口,通常接口用一定的颜色进行标识。一般接插头上也带有颜色,两边颜色对应上即可。紫色的 PS/2 接口用于连接键盘,绿色的用于连接鼠标;VGA 接口内部颜色为蓝色,三个 3.5mm 孔径的声卡接口中,浅绿色的接音箱数据线,浅蓝色的是 Line/in 接口,用于音源输入连接,粉色的是 MIC 接口。

(3) 常见硬件“假故障”现象的处理

因为科技水平的不断提高和制造技术的不断改进,现在的微机硬件故障率变得越来越低。我们在使用微机时,多数时候遇到的并非真正的硬件故障,都是一些“假故障”现象。有效地避免这些问题,会我们的工作提供便利。

① 电源插座、开关问题:很多外围设备都是独立供电的,运行微机时只打开计算机主机电源是不够的。例如,显示器的电源开关未打开,会造成“黑屏”和“死机”的假象;外置式 Modem 电源开关未打开或电源插头未插好则不能拨号、上网、传送文件,甚至连 Modem 都不能被识别。打印机、扫描仪等都是独立供电设备,碰到独立供电的外设出现故障时,首先应检查设备电源是否正常、电源插头/插座是否接触良好、电源开关是否打开。

② 连线问题:外设跟计算机之间是通过数据线连接的,数据线脱落、接触不良均会导致该外设工作异常。例如,显示器接头松动会导致屏幕偏色、无显示等故障;又如,打印机放在计算机旁并不意味着打印机连接到了计算机上,应检查各设备间的线缆连接是否正确。

③ 设置问题:显示器无法显示很可能是行频调乱、宽度被压缩,甚至只是亮度被调至最暗;音箱放不出声音也许只是音量开关被关掉等原因。详细了解该外设的设置情况,并动手试一下,有助于发现一些原本以为需要更换零件才能解决的问题。

④ 系统新特性问题:很多“故障”现象其实是硬件设备或操作系统的新特性。例如,带节能功能的主机,在间隔一段时间无人使用计算机或无程序运行后会自动关闭显示器、硬盘的电源,