

意想不到的技巧，教你不加班的秘诀



高效
随身查



PPT 高效办公 应用技巧

赛贝尔资讯◎编著



多学了几招，越来越喜欢被同事艳羡的感觉
混了多年，想上个层次，最好有几把“绝活”
效率高 闲得慌，人生苦短，还是要花点时间享受生活

清华大学出版社

高效随身查

PPT 高效办公应用技巧

赛贝尔资讯 编著

清华大学出版社

北 京

内 容 简 介

怎样成为职场高效能人士?怎样从职场办公中脱颖而出?怎样提高办公效率享受美好生活?……,看看这本随身查小书吧,一册在手,办公无忧。

《PPT 高效办公应用技巧》全书共 13 章,分别讲解了 PPT 的设计理念与思路,幻灯片页面美化和布局,图形、表格和图表在工作型 PPT 中的使用,动画效果应用,音频和视频应用,以及幻灯片的放映、输出和打印技巧,第 13 章还列出了 PPT 使用中的常见问题集,为读者提供查阅参考。

本书适合办公人员、文秘人员作为随身速查手册。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

PPT 高效办公应用技巧/赛贝尔资讯编著. —北京:清华大学出版社,2014
(高效随身查)

ISBN 978-7-302-35364-5

I. ①P… II. ①赛… III. ①图形软件 IV. ①TP391.41

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 020902 号

责任编辑:赵洛育

封面设计:李志伟

版式设计:文森时代

责任校对:王 云

责任印制:王静怡

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编:100084

社总机:010-62770175 邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 刷 者:清华大学印刷厂

装 订 者:三河市新茂装订有限公司

经 销:全国新华书店

开 本:130mm×185mm 印 张:12.125 字 数:433 千字

版 次:2014 年 7 月第 1 版

印 次:2014 年 7 月第 1 次印刷

印 数:1~5000

定 价:29.80 元

产品编号:051952-01

前言

Preface

您是否觉得工作似乎永远堆积如山、加班加点还忙不完？

您是否用百度搜索花费了很多时间却找不到确切的答案？

您是否让大好时光耗费在了日常办公、电脑维修日常琐事上？

您是否看到有些人工作很高效、很利索、很专业？

您是否看到有些人早早把工作做完，早早下班享受生活？

您是否注意到职场达人大多是高效能人士？

工作方法有讲究，提高效率有捷径：

一两个技巧，可以节约您半天时间；

一两个技巧，可以解除您一天的烦恼；

一两个技巧，让您少走许多弯路；

一本小册子，可以让您从菜鸟成为高手；

一本小册子，可以让您从职场中脱颖而出；

一本小册子，可以让您不必再加班、早早回家享受生活。

来吧，看看这本专业教您掌握日常办公技巧、提高效率的小册子吧。

一、这是一本什么样的书？

1. 着重于解决日常疑难问题和提高工作效率：与市场上很多同类图书不同，本书不是全面系统讲述工具使用，而是点对点地快速解决日常办公、电脑使用中的疑难和技巧，着重帮助提高工作效率的。

2. 注意解决一类问题，让读者触类旁通：日常工作问题可能很多，各有不同，事事列举问题既非常繁杂也无必要，本书在选择问题时注意选择一类问题，给出思路、方法和应用扩展，方便读者触类旁通。

3. 应用技巧详尽、丰富：本书选择了几百个应用技巧，足够满足日常办公、电脑维护方面的工作应用。

4. 图解方式，一目了然：读图时代，大家都需要缓解压力，本书图解的方式可以让读者学起来毫不费力。

二、这本书是写给谁看？

1. 想成为职场“白骨精”的小A：高效、干练，企事业单位的主力骨干，



白领中的精英，高效办公是必需的！

2. 想干点“更重要”的事的小 B：日常办公耗费了不少时间，其实掌握点技巧，可节省 2/3 的时间！去干点个人发展的事更重要啊。

3. 想获得领导认可的文秘小 C：把工作及时、高效、保质保量做好，让领导满意，最好掌握点办公绝活。

4. 想早早下班逗儿子的小 D：人生苦短，莫使金樽空对月，享受生活是小 D 的人生追求，一天的事情半天搞定，满足小 D 早早回家陪儿子的愿望。

5. 不善于求人的小 E：事事求人，给人的感觉好像很谦虚，但有时候也可能显得自己很笨，所以小 E 这类人，还是自己多学两招。

三、此书的创作团队是什么人？

本书由赛贝尔资讯组织编写。赛贝尔资讯是由企事业单位的办公达人和专业作者团队组成的松散组织。参与编写的人员有：陈媛、汪洋慧、周倩倩、王正波、沈燕、杨红会、姜楠、朱梦婷、音凤琴、谢黎娟、许琴、吴保琴、毕胜、陈永丽、程亚丽、高亚、胡凤悦、李勇、牛雪晴、彭丹丹、阮厚兵、宋奇枝、王成成、夏慧文、王涛、王鹏程、杨进晋、余曼曼，在此对他们表示感谢！

编者



清华社“视频大讲堂”大系
高效办公视频大讲堂

成就职场精英

享受美好生活

“高效办公视频大讲堂”是一套电脑办公从入门到精通类丛书。该丛书具有以下特点。

1. 高清多媒体教学视频，让学习效率更高！
2. 典型实用职场案例 + 巩固拓展练习，用案例学习更专业！
3. 应用技巧、疑难解答，有问有答让您少走弯路。
4. Office 常用办公模板，稍加修改即可用到实际工作中去。
5. 多种常用实用资源，让您快速成为办公高手！

该丛书编写细腻、制作精美、配套完善，适合想详细、系统学习电脑办公的白领阶层使用。



ISBN 978-7-302-29127-5



9 787302 291275 >

定价：59.80元



ISBN 978-7-302-29203-6



9 787302 292036 >

定价：59.80元



ISBN 978-7-302-29325-5



9 787302 293255 >

定价：59.80元



ISBN 978-7-302-29326-2



9 787302 293262 >

定价：59.80元



ISBN 978-7-302-29479-5



9 787302 294795 >

定价：59.80元



ISBN 978-7-302-29532-7



9 787302 295327 >

定价：59.80元



ISBN 978-7-302-29689-8



9 787302 296898 >

定价：59.80元



ISBN 978-7-302-29731-4



9 787302 297314 >

定价：59.80元

(以上图书各地书城书店以及当当网、京东、亚马逊等网店有售)

目 录

Contents

 第 1 章 优秀 PPT 设计制胜要领	1
1.1 怎样才能做出优秀的幻灯片	1
技巧 1 文字过多的幻灯片怎么处理	1
技巧 2 文字排版不讲究, 结构零乱	2
技巧 3 文本忌用过多效果	3
技巧 4 全文字也可以设计出好版式	4
技巧 5 字体与背景分离要鲜明	5
技巧 6 虚化背景突出文字	6
技巧 7 巧妙点缀	7
技巧 8 忌滥用渐变效果	7
技巧 9 图示, 幻灯片必不可少的武器	8
技巧 10 数据比较时用图形代替表格	9
技巧 11 背景过于花哨, 掩盖了主题	11
技巧 12 不要使用过多的直角	11
1.2 演示文稿色彩和布局设计	12
技巧 13 颜色组合原则	12
技巧 14 根据演示文稿的类型确定主体色调	13
技巧 15 色彩忌过于差异化	13
技巧 16 配色小技巧——邻近色搭配	13
技巧 17 背景色彩要柔和舒服	14
技巧 18 幻灯片布局的统一原则	15
技巧 19 幻灯片布局的均衡原则	16
技巧 20 幻灯片布局的强调原则	17
 第 2 章 幻灯片页面的快速美化与布局 (套用主题、模板、背景)	18
2.1 主题的应用技巧	18
技巧 21 快速应用主题美化演示文稿	18
技巧 22 在同一个演示文稿中设置不同的主题	19



技巧 23	自定义创建演示文稿时的默认主题	20
技巧 24	设计好幻灯片的背景效果后将其保存为程序内置主题	21
技巧 25	快速更改主题的颜色和字体	23
技巧 26	应用本机中保存的演示文稿的主题	24
2.2	模板的使用	26
技巧 27	新建演示文稿时套用模板	26
技巧 28	下载使用网站上的模板	28
技巧 29	将下载的演示文稿保存为我的模板	30
技巧 30	对模板进行加密保护	31
2.3	背景的设置技巧	32
技巧 31	使用图片作为背景	32
技巧 32	设置图案背景效果	35
技巧 33	设置了主题的背景样式后如何快速还原	37
技巧 34	设置了幻灯片的背景后快速应用于所有幻灯片	37
技巧 35	以图片作为幻灯片背景时设置半透明柔化显示	38
技巧 36	虚化部分图片与背景融合	39
2.4	版式和母版设置技巧	41
技巧 37	自定义幻灯片页面大小	41
技巧 38	幻灯片方向快速更改	43
技巧 39	快速变换幻灯片版式	44
技巧 40	在母版中定制标题文字与正文文字的格式	45
技巧 41	在母版中统一定制文本的项目符号	47
技巧 42	利用母版设置统一的背景效果	49
技巧 43	为幻灯片添加统一的页脚效果	50
技巧 44	更改页脚到其他位置	52
技巧 45	根据当前演示文稿的内容自定义幻灯片版式	53
技巧 46	将自定义的版式保存下来	55



第3章 演示文稿文件的管理及基本编辑技巧

57

3.1	演示文稿文件管理	57
技巧 47	一次性快速打开多个演示文稿	57
技巧 48	通过搜索的方式打开演示文稿	57
技巧 49	设置用快捷键打开演示文稿	59



技巧 50	加密保护演示文稿	59
技巧 51	快速修改或删除密码	61
技巧 52	设置保存演示文稿的默认格式	62
技巧 53	给庞大的演示文稿瘦身	63
3.2	幻灯片的操作技巧	64
技巧 54	快速调整幻灯片次序	64
技巧 55	隐藏不需要放映的幻灯片	65
技巧 56	复制其他演示文稿中的幻灯片	67
技巧 57	将一篇演示文稿的所有幻灯片都插入到当前演示文稿中	68
技巧 58	多窗口操作同时比较多张幻灯片	70
技巧 59	给幻灯片添加时间印迹	70
技巧 60	为幻灯片文字添加网址超链接	72
技巧 61	巧妙链接到其他幻灯片	74
技巧 62	设置超链接访问前后显示不同颜色	76
技巧 63	为超链接添加声音	77
技巧 64	为幻灯片添加批注	78
技巧 65	查找演示文稿中的批注	80
 第 4 章	幻灯片中文本的添加、处理及美化	81

4.1	文本编辑与设置技巧	81
技巧 66	快速调整字符间距	81
技巧 67	设置文字竖排效果	81
技巧 68	快速调整文本段落级别	82
技巧 69	为文本添加项目符号	83
技巧 70	为文本添加编号	85
技巧 71	排版时增加行与行之间的间距	86
技巧 72	多段落时一次性设置段落格式	88
技巧 73	文字超过文本框大小时自动缩排文本	88
技巧 74	为文本设置分栏	90
技巧 75	在形状添加文本达到突出显示或美化效果	91
技巧 76	在任意需要的位置上绘制文本框美化版面	92
技巧 77	一次性替换修改字体格式	93
技巧 78	将正文文本拆分为两个幻灯片	94
技巧 79	快速将文本直接转换为 SmartArt 图形	96



技巧 80	当文本为多级别时如何转换为 SmartArt 图形	98
技巧 81	将文本直接转换为图片	100
4.2	文本的美化技巧	102
技巧 82	快速设置标题文字渐变填充效果	102
技巧 83	设置标题文字映像效果	103
技巧 84	让文本快速应用艺术字的样式	104
技巧 85	文字也可以设置轮廓线	106
技巧 86	以波浪型显示幻灯片标题	107
技巧 87	设置标题文字纹理填充效果	107
技巧 88	设置标题文字图案填充效果	109
技巧 89	设置幻灯片中标题文本的立体效果	110
技巧 90	快速美化文本框	111
技巧 91	快速引用文本框的格式	112



第 5 章 图形、图片对象的编辑和处理技巧

114

5.1	图片的编辑与美化技巧	114
技巧 92	随心所欲地裁剪图片	114
技巧 93	将图片更改为圆形的外观样式	115
技巧 94	套用图片样式快速美化图片	115
技巧 95	让图片亮起来	116
技巧 96	巧妙调整图片色彩	117
技巧 97	快速删除图片背景	119
技巧 98	启用“网格线”和“参考线”准确排列图片	121
技巧 99	编辑完成后将多个图片或图形组合成一个对象	122
技巧 100	图片对齐方式的设置	123
技巧 101	以电子邮件发送时压缩图片	125
技巧 102	快速隐藏图片	126
技巧 103	将图片转换为 SmartArt 图形	127
5.2	图形的绘制、编辑及美化	129
技巧 104	绘制正图形的技巧	129
技巧 105	等比例缩放图形	130
技巧 106	图形按次序叠放	131
技巧 107	精确定义图形的填充颜色	132
技巧 108	设置渐变填充效果	133



技巧 109	设置图形的边框线条	134
技巧 110	设置图形的图片填充效果	135
技巧 111	一次性选中多个要操作的对象	136
技巧 112	设置图形半透明的效果	137
技巧 113	设置图形的三维特效	138
技巧 114	设置球体的阴影特效	140
技巧 115	为图形设置映像效果	141
技巧 116	用格式刷快速刷取图形的格式	143
5.3	使用图形、图片及 SmartArt 图形设计幻灯片版面	143
技巧 117	运用自选图形表达文本关系范例 1	143
技巧 118	运用自选图形表达文本关系范例 2	146
技巧 119	运用自选图形建立图解型幻灯片范例 1	149
技巧 120	运用自选图形建立图解型幻灯片范例 2	152
技巧 121	运用自选图形绘制图表	156



第 6 章 工作型 PPT 中 SmartArt 图形的妙用

6.1	SmartArt 图形的编辑技巧	160
技巧 122	用文本窗格输入 SmartArt 图形中的文本	160
技巧 123	添加形状很简单	161
技巧 124	利用文本窗格调整文本的级别	162
技巧 125	快速调整 SmartArt 图形顺序	163
技巧 126	将 SmartArt 图形更改为另一种类型	165
技巧 127	更改 SmartArt 图形中默认的图形样式	168
技巧 128	通过套用样式模板一键美化 SmartArt 图形	170
技巧 129	利用图形的编辑功能重新设置 SmartArt 图形中形状的效果	172
技巧 130	将 SmartArt 图形转换为形状	175
技巧 131	将 SmartArt 图形转换为文本	177
6.2	用 SmartArt 图形表达文本关系的范例	178
技巧 132	用图片型 SmartArt 图形展示公司产品	178
技巧 133	列表型图示很简单	180
技巧 134	流程型图示的应用 1	184
技巧 135	流程型图示的应用 2	186
技巧 136	关系图示的应用 1	188
技巧 137	关系图示的应用 2	190



技巧 138 循环图示的应用	192
----------------------	-----



第 7 章 工作型 PPT 中表格的使用技巧

196

技巧 139 创建不规则样式的表格	196
技巧 140 一次性让表格具有相等行高和列宽	199
技巧 141 套用表格样式一键美化	200
技巧 142 一次性设置表格中文字的对齐方式	201
技巧 143 为表格添加背景图片	202
技巧 144 设置表格立体效果	204
技巧 145 将表格保存为图片	205
技巧 146 将 Word 文档中表格复制到幻灯片中使用	207
技巧 147 在幻灯片中插入 Excel 表格	209
技巧 148 将 Excel 表格直接复制使用	210



第 8 章 工作型 PPT 中图表的使用技巧

212

8.1 幻灯片中图表的创建及编辑技巧	212
技巧 149 为创建的图表追加新数据	212
技巧 150 重新定义图表的数据源	213
技巧 151 巧妙变换图表的类型	215
技巧 152 为饼图添加所占百分比数据标签	217
技巧 153 切换图表行列得出不同的表达重点	219
技巧 154 套用图表样式实现快速美化	220
技巧 155 在图表中绘制文本框添加文字说明	221
技巧 156 为图表添加背景效果	223
技巧 157 当两个系列值差距过大时启用次坐标轴	225
技巧 158 隐藏坐标轴线或坐标轴的标签	227
技巧 159 将图表以图片的形式提示取出来	228
技巧 160 将图表另存为模板	229
技巧 161 插入已创建好的 Excel 图表	231
技巧 162 复制使用 Excel 图表并保持数据自动更新	233
技巧 163 在 PowerPoint 演示文稿中使用 Excel 图表	234
8.2 工作型图表应用范例	235
技巧 164 柱形图的应用范例	235
技巧 165 折线图的应用范例	239



技巧 166	饼图的应用范例	244
技巧 167	直方图的应用范例	247



第 9 章	自定义幻灯片中对象的动画效果	252
-------	----------------------	-----



Note

9.1	设置幻灯片的切片动画	252
技巧 168	为幻灯片添加切片的效果	252
技巧 169	切换时声音效果的添加	252
技巧 170	让所有幻灯片使用同一切片效果	253
9.2	自定义动画的技巧	255
技巧 171	将幻灯片标题设置为“翻转式由远及近”效果	255
技巧 172	重新修改动画效果为“缩放”进入	256
技巧 173	为文本内容设置变色效果	257
技巧 174	对单一对象指定多种动画效果	258
技巧 175	让对象按路径进行运动	259
技巧 176	手动绘制动画的路径	262
技巧 177	重新调整动画的播放顺序	263
技巧 178	为每张幻灯片添加相同的动作按钮	264
9.3	动画播放效果设置技巧	266
技巧 179	让幻灯片标题始终是运动的	266
技巧 180	精确设置动画播放时间（如设置播放 10 秒）	266
技巧 181	让对象在动画播放后自动隐藏	267
技巧 182	播放动画时按字、词显示	268
技巧 183	播放动画时让文字逐行显示	269
技巧 184	让播放后的文本换一种颜色显示	270
技巧 185	在显示产品图片的同时伴随拍照声音	272
9.4	动画范例剖析	272
技巧 186	拉幕片头的效果设计	272
技巧 187	弹跳文字效果	275
技巧 188	图片滚动效果	277
技巧 189	让图表中每个图形都运动起来	278
技巧 190	图表演示时的动画效果设置	283



第 10 章	幻灯片中音频和视频的使用技巧	285
--------	----------------------	-----

10.1	声音的处理技巧	285
------	---------------	-----



技巧 191	为幻灯片添加背景音乐	285
技巧 192	预览剪贴画中的声音	286
技巧 193	为幻灯片添加贯穿始终的背景音乐	288
技巧 194	录制声音到幻灯片中	288
技巧 195	录制音频后快速裁剪无用部分	289
技巧 196	设置幻灯片播放时的画外音效果	290
技巧 197	设计小喇叭图标按钮效果	290
10.2	视频的处理技巧	292
技巧 198	插入影片文件	292
技巧 199	当幻灯片不能识别视频格式时使用暴风影音转换	293
技巧 200	不让观众在播放前看到视频内容	295
技巧 201	自定义视频的播放“屏幕”的外观	296
技巧 202	让视频在幻灯片放映时全屏播放	297
技巧 203	设置让视频以黑白效果放映	298
技巧 204	调整播放画面的色彩	299
技巧 205	插入网站中的 Flash 动画	299
技巧 206	添加 GIF 动态图片	302
10.3	控件设置技巧	303
技巧 207	启用宏保障幻灯片中影片畅通播放	303
技巧 208	通过控件自由播放教学视频	304
技巧 209	通过控件也能插入 Flash	305



第 11 章 灵活放映演示文稿的技巧 307

11.1	演示文稿的放映设置技巧	307
技巧 210	设置从第 2 张幻灯片开始放映	307
技巧 211	只播放整篇演示文稿中的部分幻灯片	307
技巧 212	让每张幻灯片播放指定时长后自动进入下一张幻灯片中	309
技巧 213	设置幻灯片放映时自动换片	311
技巧 214	在文件夹中预览幻灯片	312
技巧 215	实现在文件夹中双击演示文稿即进入播放状态	313
技巧 216	远程同步观看幻灯片放映	314
技巧 217	实现在幻灯片中单独播放多张图片	316
11.2	演示文稿的放映技巧	319



技巧 218	放映中返回到上一张幻灯片	319
技巧 219	放映时快速切换到其他幻灯片	320
技巧 220	放映幻灯片时隐藏光标	320
技巧 221	播放幻灯片对重要内容做标记	321
技巧 222	更换标记笔的颜色	323
技巧 223	在放映时屏蔽幻灯片内容	324
技巧 224	放映过程中应用其他程序	325



第 12 章 演示文稿输出、打印与发布技巧 326

12.1	演示文稿的输出技巧	326
技巧 225	将演示文稿保存为模板	326
技巧 226	将演示文稿保存为 PowerPoint 97-2003 的兼容格式	327
技巧 227	将演示文稿保存为图片	328
技巧 228	将演示文稿打包成 CD	329
技巧 229	一次性打包多篇演示文稿并加密	331
技巧 230	以电子邮件发送演示文稿	332
技巧 231	以讲义的方式将幻灯片插入到 Word 文档中	333
技巧 232	保存为 PDF 文件	335
技巧 233	将演示文稿创建为视频文件	337
12.2	演示文稿打印与发布技巧	339
技巧 234	快速更改打印色彩模式	339
技巧 235	打印备注页和大纲	339
技巧 236	自定义每页打印幻灯片张数	341
技巧 237	打印出隐藏的幻灯片	343
技巧 238	将批注和墨迹一起打印出来	344
技巧 239	任意打印整篇演示文稿中的部分幻灯片	345
技巧 240	快速设置打印幻灯片页面大小	346
技巧 241	设置幻灯片纵向打印	347
技巧 242	将演示文稿保存到 Web	349



第 13 章 PowerPoint 日常办公操作常见问题集 352

技巧 243	同时打开了多个演示文稿，可以一次性将它们都关闭吗	352
技巧 244	撤销操作的次数可以更改吗	352



技巧 245	程序自动输入相同内容怎么办	353
技巧 246	如何抢救丢失的文稿	354
技巧 247	演示文稿的段落数和字数怎么统计	354
技巧 248	要想在别的电脑上使用自己的字体怎么办	355
技巧 249	不想让其他用户从“最近使用的文档”查看个人隐私	356
技巧 250	横排、竖排文本框可以互相变换吗	357
技巧 251	解决文本框的文字溢出的问题	359
技巧 252	可以将幻灯片复制到其他演示文稿中去吗	360
技巧 253	演示文稿中插入的图片可以单独保存吗	361
技巧 254	更换图片时能应用原图片本来的样式吗	362
技巧 255	加入音频文件后,可以将其设置为背景音乐循环播放吗	364
技巧 256	可以对动画效果进行复制吗	365
技巧 257	不启动 PowerPoint 程序能播放幻灯片吗	367
技巧 258	幻灯片放映窗口可以随意调节吗	367
技巧 259	怎样在播放时不显示演示文稿的旁白	368
技巧 260	打印预览时发现幻灯片不能完全显示在纸张中怎么办	369
技巧 261	有办法在脱机时也能使用 OfficeOnline 上的剪贴画吗	370
技巧 262	放映幻灯片时如何将小喇叭图标隐藏起来	371
技巧 263	放映时要想隐藏幻灯片内容怎么办	372

第1章 优秀PPT设计制胜要领

1.1 怎样才能做出优秀的幻灯片

技巧1 文字过多的幻灯片怎么处理

在设计商务演示文稿的过程中，一张幻灯片中的文字内容如果比较多，会显得整个版面拥挤且单调，如图1-1所示。

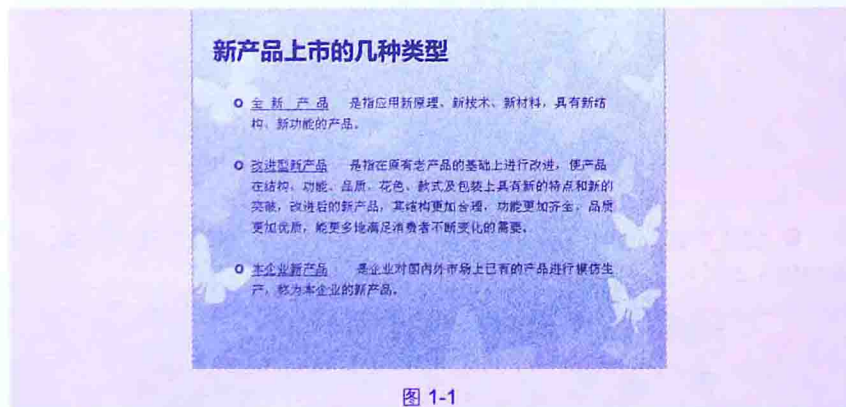


图 1-1

通过以下几种方式可以有效改善这种情况。

- ① 压缩文本，转换文本表达方式，如让文本图示化，效果如图1-2所示。

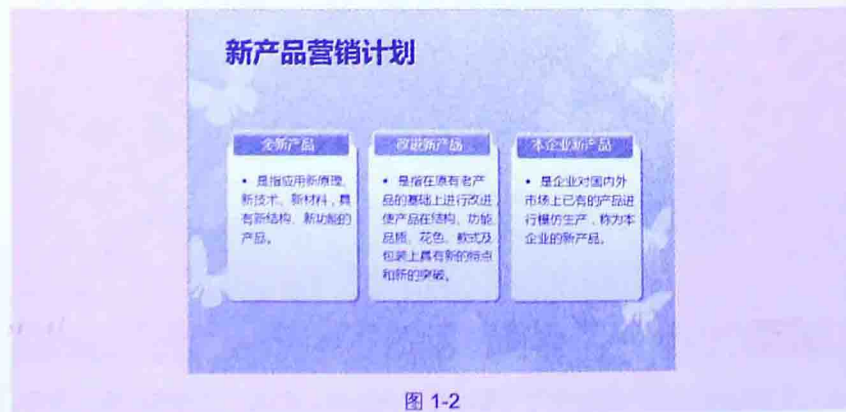


图 1-2