



职业技术·职业资格培训教材



四级
第3版

计算机操作员

文字录入

人力资源和社会保障部教材办公室
中国就业培训技术指导中心上海分中心 组织编写
上海市职业技能鉴定中心



中国劳动社会保障出版社



职业技术·职业资格培训教材



级

第3版

计算机操作员

文字录入

主 编 成 戈

编 者 徐春凌 陆 辉 许 玫 冯海英 陈玉红

主 审 陈丽娟 张士忠



中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

计算机操作员：四级. 文字录入/上海市职业技能鉴定中心组织编写. —3 版.
—北京：中国劳动社会保障出版社，2014

1+X 职业技术·职业资格培训教材

ISBN 978-7-5167-0923-8

I. ①计… II. ①上… III. ①电子计算机-技术培训-教材②文字处理-技术培训-教材 IV. ①TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 092847 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码：100029)

*

三河市潮河印业有限公司印刷装订 新华书店经销

787 毫米×1092 毫米 16 开本 10.75 印张 204 千字

2014 年 5 月第 3 版 2014 年 5 月第 1 次印刷

定价：25.00 元

读者服务部电话：(010) 64929211/64921644/84643933

发行部电话：(010) 64961894

出版社网址：<http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

如有印装差错，请与本社联系调换：(010) 80497374

我社将与版权执法机关配合，大力打击盗印、销售和使用盗版图书活动，敬请广大读者协助举报，经查实将给予举报者奖励。

举报电话：(010) 64954652



内 容 简 介

本教材由人力资源和社会保障部教材办公室、中国就业培训技术指导中心上海分中心、上海市职业技能鉴定中心依据上海 1+X 计算机操作员（四级）职业技能鉴定细目组织编写。教材从强化培养操作技能，掌握实用技术的角度出发，较好地体现了当前最新的实用知识与操作技术，对于提高计算机操作员基本素质，掌握计算机操作员（四级）的核心知识与技能有直接的帮助和指导作用。

根据本职业的工作特点，以能力培养为根本出发点，全书分为 3 个项目共计 18 个活动，内容涵盖英文录入、中文录入和中英文混合录入。每个活动都由一段课前小短文引出，由“摩拳擦掌”“师傅领进门”“修行靠个人”“灵丹妙药”和“过关斩将”5 个部分组成，其中，“摩拳擦掌”介绍学习本活动前需了解的基础知识；“师傅领进门”涵盖了本活动的主体内容，是该学习部分的核心；“修行靠个人”给出若干分组练习，使学员能够在重点难点上进行专项的强化训练；“灵丹妙药”则介绍了一些避免差错和提高技巧的方法；最后设置的“过关斩将”环节则能帮助学员测试自己的学习成果。此外，每个项目结尾的“藏经阁”和“打擂台”更能帮助学员对本项目的学习内容总结归纳。

本教材可作为计算机操作员（四级）职业技能培训与鉴定考核教材，也可供全国中、高等院校计算机操作相关专业师生参考使用，以及本职业从业人员培训使用。



改版说明

计算机操作员职业以个人计算机及相关外部设备的操作为常规技术和工作技能，是国家计算机高新技术各专业模块的基础。随着信息技术的不断发展，计算机操作员的职业技能要求有了新的变化。2014年上海市职业技能鉴定中心组织有关方面的专家和技术人员，对计算机操作员职业进行了提升，计算机操作员分为五级、四级两个等级，其中四级又细分为系统管理、办公软件应用、文字录入三个方向。

为了更好地为广大学员参加培训和从业人员提升技能服务，人力资源和社会保障部教材办公室、中国就业培训技术指导中心上海分中心与上海市职业技能鉴定中心组织相关方面的专家和技术人员，依据新版计算机操作员（四级）文字录入职业技能鉴定细目对教材进行了改版。新版教材改变了原先“学习单元”和“节”的传统编写模式，采取“项目”和“活动”的形式，通过虚构的学员“小文”和“小璐”从零开始学习计算机文字录入的过程，由简到繁、由浅入深，寓教于乐，让学员在故事中逐步学习并领悟文字录入的原则、方法和技巧。此外，新版教材为了跟上计算机技术的发展和职业鉴定考试的提升要求，对原教材在内容上也进行了重大调整，不再对Windows操作系统和Word, Excel, Outlook等应用软件进行介绍，而把主要的目光聚焦在“文字录入”尤其是“五笔字型输入法”的各项训练活动上，更加注重技能培养，更加切合“文字录入”职业的需要。



前 言

职业培训制度的积极推进,尤其是职业资格证书制度的推行,为广大劳动者系统地学习相关职业的知识和技能,提高就业能力、工作能力和职业转换能力提供了可能,同时也为企业选择适应生产需要的合格劳动者提供了依据。

随着我国科学技术的飞速发展和产业结构的不断调整,各种新兴职业应运而生,传统职业中也愈来愈多、愈来愈快地融进了各种新知识、新技术和新工艺。因此,加快培养合格的、适应现代化建设要求的高技能人才就显得尤为迫切。近年来,上海市在加快高技能人才建设方面进行了有益的探索,积累了丰富而宝贵的经验。为优化人力资源结构,加快高技能人才队伍建设,上海市人力资源和社会保障局在提升职业标准、完善技能鉴定方面做了积极的探索和尝试,推出了1+X培训与鉴定模式。1+X中的1代表国家职业标准,X是为适应经济发展的需要,对职业的部分知识和技能要求进行的扩充和更新。随着经济发展和技术进步,X将不断被赋予新的内涵,不断得到深化和提升。

上海市1+X培训与鉴定模式,得到了国家人力资源和社会保障部的支持和肯定。为配合1+X培训与鉴定的需要,人力资源和社会保障部教材办公室、中国就业培训技术指导中心上海分中心、上海市职业技能鉴定中心联合组织有关方面的专家、技术人员共同编写了职业技术·职业资格培训系列教材。

职业技术·职业资格培训教材严格按照1+X鉴定考核细目进行编写,教材内容充分反映了当前从事职业活动所需要的核心知识与技能,较好地体现了适用性、先进性与前瞻性。聘请编写1+X鉴定考核细目的专家,以及相关行业的专家参与教材的编审工作,保证了教材内容的科学性及与鉴定考



QIANYAN

核细目以及题库的紧密衔接。

职业技术·职业资格培训教材突出了适应职业技能培训的特色，使读者通过学习与培训，不仅有助于通过鉴定考核，而且能够有针对性地进行系统学习，真正掌握本职业的核心技术与操作技能，从而实现从懂得了什么到会做什么的飞跃。

职业技术·职业资格培训教材立足于国家职业标准，也可为全国其他省市开展新职业、新技术职业培训和鉴定考核，以及高技能人才培养提供借鉴或参考。

新教材的编写是一项探索性工作，由于时间紧迫，不足之处在所难免，欢迎各使用单位及个人对教材提出宝贵意见和建议，以便教材修订时补充更正。

人力资源和社会保障部教材办公室
中国就业培训技术指导中心上海分中心
上海市职业技能鉴定中心



目 录

CONTENTS

风云榜

项目一 英文录入

- 4 活动 1 稳扎稳打——键位练习
- 20 活动 2 百发百中——纠正指法
- 30 活动 3 运指如飞——文章练习
- 43 藏经阁
- 43 打擂台

项目二 中文录入

- 46 活动 1 改头换面——录入中文
- 50 活动 2 步步为营——录入字根
- 61 活动 3 名不虚传——录入键名汉字
- 64 活动 4 一笔一画——录入成字字根
- 70 活动 5 庖丁解牛——键外字拆分
- 80 活动 6 一锤定音——末笔识别码
- 88 活动 7 精益求精——拆字技巧
- 94 活动 8 一马当先——录入一级简码
- 97 活动 9 合二为一——录入二级简码
- 105 活动 10 熟能生巧——录入常用字
- 114 活动 11 事半功倍——录入词组





CONTENTS

- 123 活动 12 融会贯通——录入文章
- 130 藏经阁
- 130 打擂台

项目三 中英文混合录入

- 134 活动 1 随机应变——状态切换
- 141 活动 2 无所不知——特殊符号录入
- 149 活动 3 大功告成——文章练习
- 155 藏经阁
- 155 打擂台

附录一 成字字根编码表 / 157

附录二 末笔识别码编码表 / 159

附录三 常用千字 / 163

F

ENGYUNBANG

风云榜





最新报道：2013年7月12日至19日，在比利时根特举行了第49届“国际速录大赛”，世界各国的打字高手们齐聚一堂，切磋技艺，中国国家队也参加了这次比赛，并取得了辉煌的战绩……

“小璐，小璐，快来看呀！今年的国际大赛有消息了！”小文一边翻看着网上的新闻，一边兴奋地叫道。

“终于有结果了！今年我们国家队又取得了哪几项冠军呀？”小璐急匆匆地跑过来，“我们快去告诉师傅吧。”

……

书房里，师傅正在闭目养神，一旁的书架上赫然摆放着很多金光灿灿的奖牌和奖杯。听见门外徒弟们吵吵嚷嚷的声音，他微笑着打开房门。

“你们也看到今年‘国际速录大赛’的最新消息了吧。”师傅不紧不慢地说，“这可是国际顶级的大赛，很多‘吉尼斯世界纪录’都是在这项赛事中诞生的。我们国家虽然这几年才开始参加这项比赛，但是成绩却一鸣惊人，曾经在第47届比赛中拿到团体总分第一名呢！”

“师傅，师傅，你快给我们讲讲吧！”

“既然你们感兴趣，我就给你们开开眼界吧！”师傅打开书桌上的笔记本电脑，世界各地的打字高手和赛事资料应有尽有……

NO.1 “世界打字女王”“吉尼斯世界纪录”保持者马特什科娃。在2001年德国汉诺威市举行的第43届“国际速录大赛”中，这位来自捷克的女秘书在30分钟内共敲下24 224个键，其中包括英文字母、数字和各种符号，平均每分钟敲键807个，而且字字准确无误，打破了之前保持16年之久的原“吉尼斯世界纪录”。

NO.2 原“吉尼斯世界纪录”保持者布莱克本。在1985年的“国际速录大赛”中，布莱克本在50分钟内准确地敲下37 500个键，从而以平均每分钟敲键750个的成绩创下当时的“吉尼斯世界纪录”，并保持这一纪录长达16年。

NO.3 2009年，第47届“国际速录大赛”在中国北京成功举办，这是国际速联自成立以来首次在亚洲举办大赛。中国代表团在10个比赛项目中获得金牌16枚、银牌12枚、铜牌13枚、位列团体总分第一名。

NO.4 2011年，中国速录国家队17名选手出征在法国巴黎举办的第48届“国际速录大赛”，共获得7项冠军、3项亚军和8项季军的优异成绩。

……

看着两个目瞪口呆的徒弟，师傅好像早在预料之中，“好了，下面该轮到你们了，只要你们认真学习，坚持练习，想要超过师傅，甚至是向这些世界级的高手挑战，都是指日可待的事，加油吧！”

X

LANGMUYI

项目一

英文录入



摩拳擦掌

The diagram illustrates the layout of a standard QWERTY keyboard, categorized into three primary functional regions:

- 主键盘区 (Main Keyboard Area):** This area includes the majority of the keys used for typing, organized into rows from Esc/F1 through Ctrl.
- 功能键区 (Function Key Area):** Located at the top right, this section contains specialized keys such as Print Sysrq, Scroll Lock, Pause Break, Insert, Home, PgUp, Delete, End, PgDn, Num Lock, and various arrow keys.
- 数字键区 (Numeric Keypad):** Situated on the far right, this area is dedicated to numeric input and navigation, featuring keys like Home, Up, PgUp, Left, Right, End, Down, PgDn, Enter, and Del.

所示。熟悉了键盘的所有区域分布以及每个区键位的排列规律，就像是在心里有了一张地图，能够在文字录入时为你的手指指引方向。



图 1—1—2 主键盘区

需要特别注意的是，字母区字键的排列位置并不是按 ABCDEF……的英文字母顺序排列的，而是按照各英文字母在文章中出现频率（见表 1—1—1）的高低来排列的。

表 1—1—1

英文字母使用频率表

字母	频率	字母	频率	字母	频率
A	8.19%	J	0.14%	S	6.36%
B	1.47%	K	0.41%	T	9.41%
C	3.83%	L	3.77%	U	2.58%
D	3.91%	M	3.34%	V	1.09%
E	12.25%	N	7.06%	W	1.59%
F	2.26%	O	7.26%	X	0.21%
G	1.71%	P	2.89%	Y	1.58%
H	4.57%	Q	0.09%	Z	0.08%
I	7.10%	R	6.85%		

如果我们把 26 个字母按照出现频率的高低分为三类：高频字母 A, E, I, N, O, R, S, T（深灰色）；中频字母 C, D, F, H, L, M, P, U（浅灰色）；低频字母 B, G, J, K, Q, V, W, X, Y, Z（白色字）。通过字母使用频率和键盘位置的对照比较，大家可能会惊奇地发现：使用频率高的字母和使用频率低的字母全部被分散开来，散落在键盘各处，如图 1—1—3 所示。

为什么会这样排列字母呢？

答案是：QWERTY 键盘就是为了降低打字速度而设计的！

QWERTY 键盘最初是为打字机而发明的，一开始打字机的键盘是按照字母顺序排列的，但如果打字速度过快，某些键的组合很容易出现卡键问题。于是“打字机之

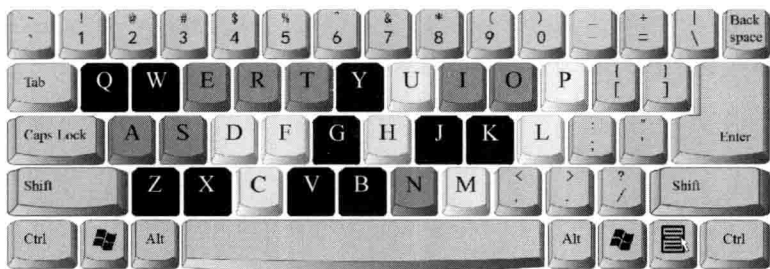


图 1—1—3 键盘字键使用频率

父”——美国人克里斯托夫·拉森·授斯发明了 QWERTY 键盘布局，他将最常用的几个字母安置在相反方向，最大限度地放慢敲键速度以避免卡键。授斯在 1868 年为该键盘申请专利，1873 年使用此布局的第一台商用打字机成功投放市场，并一直沿用至今，成为了电脑的基本输入设备——键盘的通用标准。

虽然 QWERTY 键盘的安排方式非常没效率，但它是标准。理解它的设计思路，从而克服这些先天的困难，对于我们练习打字是非常有益的，比如：

- 使用 QWERTY 键盘，右手负担了 43% 的工作，而左手却负担了 57% 的工作。意味着我们练习打字时一定要加强左手练习。

- 使用 QWERTY 键盘，需要频频使用小指和无名指，而一般人的两手小指及左手无名指力量最小，平时必须加强这三根手指的击键力量练习。

- 使用 QWERTY 键盘，排在中列的字母，其使用率仅占整个打字工作的 30% 左右。因此，在打字过程中时常要上上下下移动指头，在移动中还要准确盲打击键，这就必须依赖科学的指法。

师傅领进门

一、基准键

在 QWERTY 键盘上，排在中行的左右各 4 个键被称作基准键，也称导键。分别是左侧的 4 个键（【A】【S】【D】【F】）和右侧的 4 个键（【J】【K】【L】【;】），如图 1—1—4 所示。

二、范围键

与 8 个基准键相对应，把主键盘区分成 8 个区域范围，每个范围内的其他字键称为范围键，如图 1—1—5 所示。

三、标准指法一

静止状态，双手从食指到小指的四根手指始终悬停在基准键上：即让你的左手食



图 1—1—4 键盘基准键



图 1—1—5 键盘范围键

指放在【F】上（【F】键上有一个小突起，我们通常称为盲打坐标），右手食指放在【J】上（【J】键上也有一个盲打坐标），然后将四指并列对齐分别放在相邻的键位上，双手大拇指都摆放在空格键上，对应关系如图 1—1—6 所示。

四、标准指法二

手指与键盘位置的“双垂直”原则：即手指的第一指节与键面尽量垂直，双手手指与导键的位置要接近垂直，不可成“八”字形。否则，击键时容易打在两个字键的中间位置而造成连键，也不好发力，如图 1—1—7 所示。

五、标准指法三

打字过程中的“倾斜”移动原则：即每根手指负责击打其悬停的基准键对应区域的所有范围键，在击打范围键时，无论左手还是右手，都要遵从“左高右低”的方式上下倾斜移动。每根手指需要管辖的范围键必须牢记，位置如图 1—1—8 所示。

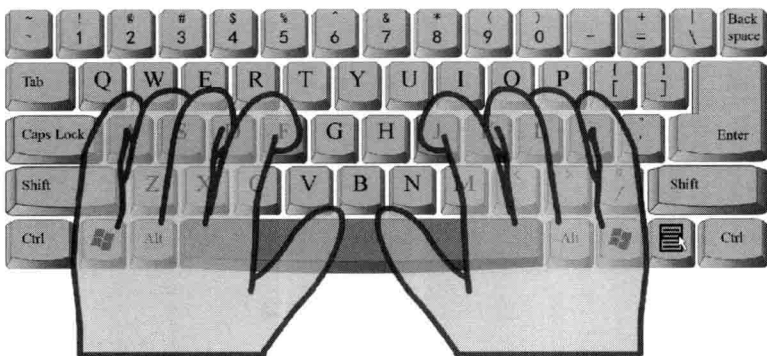


图 1—1—6 双手静止悬停状态

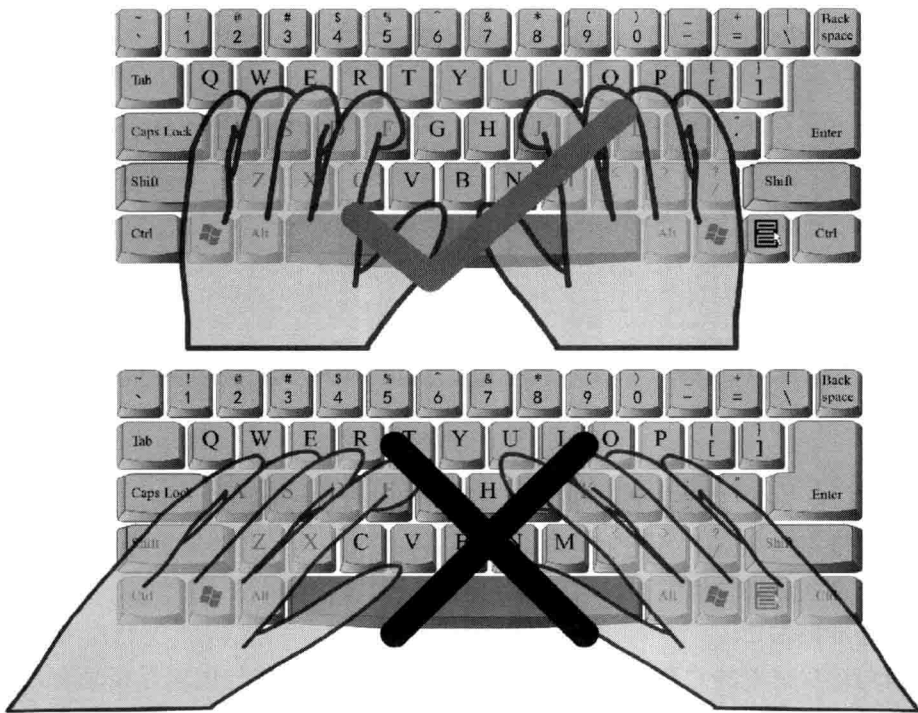


图 1—1—7 手指与键盘“双垂直”

六、标准指法四

打字过程中手指的“独立”移动原则：即一根手指在击键过程中独立运动，其余不击键的手指不要跟着一起离开基准键位，也不要翘起，如图 1—1—9 所示。