

21世纪高等学校计算机教育实用规划教材

王春芳 赵庆水 主 编

计算机信息技术 实验指导



清华大学出版社

21世纪高等学校计算机教育实用规划教材

王春芳 赵庆水 主 编

杨 莹 李 雪 杨 蕊 陈 杰 副主编

计算机信息技术 实验指导

清华大学出版社
北 京

内 容 简 介

本书是根据全国高等院校非计算机专业计算机基础教学指导委员会提出的大学计算机基础教学大纲而编写的,主要内容包括 Windows 7 基本操作、中文表处理软件 Word 2010、电子表格软件 Excel 2010、演示文稿软件 PowerPoint 2010、网络应用基础。本书实验内容前后衔接,图文并茂,通俗易懂,既有详细的基础实验操作指导,又有让读者独立完成的高级实验内容,侧重于提高读者的实际应用操作能力,有利于读者举一反三,触类旁通。

全书结构合理,讲解深入浅出,突出了系统性和实践操作能力。本书既可作为与《计算机信息技术基础》教材配套的实验教程,也可作为高等院校非计算机专业的实验教材以及相关培训材料单独使用。

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

计算机信息技术实验指导/王春芳,赵庆水主编. —北京:清华大学出版社,2014
21 世纪高等学校计算机教育实用规划教材
ISBN 978-7-302-37496-1

I. ①计… II. ①王… ②赵… III. ①电子计算机—高等学校—教学参考资料 IV. ①TP3
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 171781 号

责任编辑:付弘宇 薛 阳

封面设计:常雪影

责任校对:梁 毅

责任印制:何 芊

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

课 件 下 载: <http://www.tup.com.cn>, 010-62795954

印 装 者:三河市少明印务有限公司

经 销:全国新华书店

开 本:185mm×260mm 印 张:17 字 数:423 千字

版 次:2014 年 9 月第 1 版 印 次:2014 年 9 月第 1 次印刷

印 数:1~3500

定 价:35.00 元

出版说明

随着我国高等教育规模的扩大以及产业结构调整的不断深入,社会对高层次应用型人才的需求将更加迫切。各地高校紧密结合地方经济建设发展需要,科学运用市场调节机制,合理调整和配置教育资源,在改革和改造传统学科专业的基础上,加强工程型和应用型学科专业建设,积极设置主要面向地方支柱产业、高新技术产业、服务业的工程型和应用型学科专业,积极为地方经济建设输送各类应用型人才。各高校加大了使用信息科学等现代科学技术提升、改造传统学科专业的力度,从而实现传统学科专业向工程型和应用型学科专业的发展与转变。在发挥传统学科专业师资力量强、办学经验丰富、教学资源充裕等优势的同时,不断更新教学内容、改革课程体系,使工程型和应用型学科专业教育与经济建设相适应。计算机课程教学在从传统学科向工程型和应用型学科转变中起着至关重要的作用,工程型和应用型学科专业中的计算机课程设置、内容体系和教学手段及方法等也具有不同于传统学科的鲜明特点。

为了配合高校工程型和应用型学科专业的建设和发展,急需出版一批内容新、体系新、方法新、手段新的高水平计算机课程教材。目前,工程型和应用型学科专业计算机课程教材的建设工作仍滞后于教学改革的实践,如现有的计算机教材中有不少内容陈旧(依然用传统专业计算机教材代替工程型和应用型学科专业教材),重理论、轻实践,不能满足新的教学计划、课程设置的需要;一些课程的教材可供选择的品种太少;一些基础课的教材虽然品种较多,但低水平重复严重;有些教材内容庞杂,书越编越厚;专业课教材、教学辅助教材及教学参考书短缺,等等,都不利于学生能力的提高和素质的培养。为此,在教育部相关教学指导委员会专家的指导和建议下,清华大学出版社组织出版本系列教材,以满足工程型和应用型学科专业计算机课程教学的需要。本系列教材在规划过程中体现了如下一些基本原则和特点。

(1) 面向工程型与应用型学科专业,强调计算机在各专业中的应用。教材内容坚持基本理论适度,反映基本理论和原理的综合应用,强调实践和应用环节。

(2) 反映教学需要,促进教学发展。教材规划以新的工程型和应用型专业目录为依据。教材要适应多样化的教学需要,正确把握教学内容和课程体系的改革方向,在选择教材内容和编写体系时注意体现素质教育、创新能力与实践能力的培养,为学生知识、能力、素质协调发展创造条件。

(3) 实施精品战略,突出重点,保证质量。规划教材建设仍然把重点放在公共基础课和专业基础课的教材建设上;特别注意选择并安排一部分原来基础比较好的优秀教材或讲义修订再版,逐步形成精品教材;提倡并鼓励编写体现工程型和应用型专业教学内容和课程体系改革成果的教材。

(4) 主张一纲多本,合理配套。基础课和专业基础课教材要配套,同一门课程可以有多种具有不同内容特点的教材。处理好教材统一性与多样化,基本教材与辅助教材,教学参考书,文字教材与软件教材的关系,实现教材系列资源配套。

(5) 依靠专家,择优选。在制订教材规划时要依靠各课程专家在调查研究本课程教材建设现状的基础上提出规划选题。在落实主编人选时,要引入竞争机制,通过申报、评审确定主编。书稿完成后要认真实行审稿程序,确保出书质量。

繁荣教材出版事业,提高教材质量的关键是教师。建立一支高水平的以老带新的教材编写队伍才能保证教材的编写质量和建设力度,希望有志于教材建设的教师能够加入到我们的编写队伍中来。

21 世纪高等学校计算机教育实用规划教材编委会

联系人:魏江江 weijj@tup.tsinghua.edu.cn

前 言

培养实用型人才,已经成为高等院校本科教育的共识,对于非计算机专业的学生来讲,计算机既是一项实用的操作和处理日常事务的工具,又是提高综合素质,进行知识创新、技术创新的得力助手。教育部发布的《关于进一步加强高等学校非计算机专业计算机基础教学的意见》要求大学计算机基础课程作为学习和掌握计算机专业知识和应用能力的先修课程,要系统、深入地介绍一些计算机科学与技术的基本概念,基本原理、技术与方法,配合相应的实验课程,强化学生的动手能力,培养学生的技能。

本书是针对一般本科院校学生的实验辅导教材,是在多年实际教学的基础上,以任务教学法为核心编写的,将教学大纲要求掌握的内容融合进每个实验,每个实验任务既相对独立又前后衔接,学生可以根据自己的实际水平合理安排进度,顺序完成各项实验任务,充分发挥了学生自主学习的兴趣和能力。本教材增加了相关的高级功能实验内容,适用于不同层次的学生实践,全面提高了学生的实际应用能力。

本书的编写人员都是多年从事高校计算机基础教学的专职教师,有丰富的理论和实际教学经验。全书由王春芳、赵庆水主编,副主编为杨莹、李雪、杨蕊、陈杰。

由于时间仓促和编者水平有限,书中难免有不当和欠妥之处,敬请各位专家、读者批评指正。

编 者

2014 年 6 月

目 录

第 1 章 操作系统	1
1.1 Windows 7 相关知识点	1
1.1.1 Windows 7 启动与退出	1
1.1.2 Windows 7 桌面与其设置	3
1.1.3 Windows 7 窗口及常见组件	8
1.1.4 资源管理器	10
1.1.5 文件、文件夹及文件系统	14
1.1.6 文件或文件夹的基本操作	15
1.1.7 Windows 7 程序管理	22
1.1.8 Windows 7 系统维护	23
1.1.9 Windows 7 系统安全性	26
1.1.10 Windows 7 常用附件	29
1.2 Windows 7 基本操作实验	30
1.2.1 实验内容	30
1.2.2 实验操作方法	31
第 2 章 Word 2010	39
2.1 Word 2010 基本知识	39
2.1.1 Word 2010 的启动与退出	39
2.1.2 Word 2010 的界面介绍	40
2.1.3 文档的基础操作	41
2.1.4 文本的基本操作	46
2.1.5 设置文本格式	48
2.1.6 页面布局	52
2.1.7 页眉与页脚	57
2.1.8 审阅文档	59
2.1.9 表格的制作与编辑	60
2.1.10 图文混排	69
2.2 Word 2010 基本操作实验	82
2.2.1 实验内容	82

2.2.2	实验操作方法	83
2.3	Word 2010 基本编辑实验	87
2.3.1	实验内容	87
2.3.2	实验操作方法	88
2.4	表格的制作与编辑实验	93
2.4.1	实验内容	93
2.4.2	实验操作方法	94
2.5	图文混排实验	101
2.5.1	实验内容	101
2.5.2	实验操作方法	104
2.6	Word 2000 综合实验	115
2.6.1	综合实验一	115
2.6.2	综合实验二	117
第 3 章	Excel 2010	119
3.1	Excel 2010 基本知识	119
3.1.1	Excel 2010 环境简介	119
3.1.2	工作簿与工作表操作	121
3.1.3	单元格数据的编辑	123
3.1.4	单元格数据的计算	125
3.1.5	工作表美化	128
3.1.6	Excel 数据管理	129
3.1.7	Excel 图表	132
3.2	工作表基本操作实验	134
3.2.1	实验内容	134
3.2.2	实验操作方法	135
3.3	公式和函数应用实验	144
3.3.1	实验内容	144
3.3.2	实验操作方法	146
3.4	数据管理应用实验	158
3.4.1	实验内容	159
3.4.2	实验操作方法	159
3.5	Excel 图表实验	166
3.5.1	实验内容	166
3.5.2	实验操作方法	168
3.6	Excel 综合实验	184
3.6.1	综合实验一	184
3.6.2	综合实验二	187

第 4 章 PowerPoint 2010	189
4.1 PowerPoint 2010 相关知识点	189
4.1.1 PowerPoint 2010 的启动与退出	189
4.1.2 新建演示文稿	190
4.1.3 编辑幻灯片	191
4.1.4 项目符号与编号	192
4.1.5 添加可视化项目	193
4.1.6 主题	194
4.1.7 母版	195
4.1.8 幻灯片版式	196
4.1.9 幻灯片的背景	196
4.1.10 设置幻灯片的动画效果	197
4.1.11 动作按钮	201
4.1.12 幻灯片切换	202
4.1.13 自定义放映	202
4.1.14 观看放映	203
4.1.15 排练计时和录制幻灯片演示	203
4.2 基本操作实验内容	204
4.2.1 实验内容	204
4.2.2 实验操作方法	205
4.3 文稿放映实验内容	211
4.3.1 实验内容	211
4.3.2 实验操作方法	211
4.4 PowerPoint 2010 综合实验	217
第 5 章 网络应用基础	218
5.1 Internet Explorer 相关知识点	218
5.1.1 IE 浏览器的启动与使用	218
5.1.2 IE 浏览器的配置	218
5.1.3 信息搜索	222
5.1.4 保存、下载文件	222
5.1.5 收藏夹的使用	223
5.2 Outlook 2010 基本操作	226
5.2.1 电子邮箱的申请	226
5.2.2 以网页方式收发电子邮件	226
5.2.3 Outlook 2010 的配置	229
5.2.4 利用 Outlook 2010 收发邮件	230
5.3 Internet Explorer 基本操作实验内容	235

5.3.1	实验内容·····	235
5.3.2	实验操作方法·····	236
5.4	Outlook 2010 基本操作实验内容 ·····	237
5.4.1	实验内容·····	237
5.4.2	实验操作方法·····	237
附录 A	选择题·····	241
参考文献	·····	260

本章学习目标

- Windows 7 操作系统的启动与退出、系统特点、桌面和“开始”菜单。
- Windows 7 操作系统的文件系统、文件的命名和组织、文件和文件夹的管理。
- Windows 7 的个性化设置、资源管理器、账户控制。
- Windows 7 的系统维护与安全、常用附件。

1.1 Windows 7 相关知识点

1.1.1 Windows 7 启动与退出

Windows 7 是微软继 Windows XP、Windows Vista 之后的下一代操作系统,它比 Windows Vista 性能更高、启动更快、兼容性更强,具有很多新特性和优点,例如兼容性更好,提升了计算机性能,日常操作更便捷,支持虚拟硬盘,改善多内核处理器,改善开机速度,改进内核,Aero 特效等。随后的几年 Windows 7 又进行几次改版,功能更加强大,成为广大用户青睐的对象。

Windows 7 操作系统为满足不同用户的需求开发了 6 个版本。包括 Windows 7 Starter(初级版)、Windows 7 Home Basic(家庭基础版)、Windows 7 Home Premium(家庭高级版)、Windows 7 Professional(专业版)、Windows 7 Enterprise(企业版)、Windows 7 Ultimate(旗舰版)。微软在中国发布的 Windows 7 仅有 4 个版本:家庭基础版、家庭高级版、专业版和旗舰版。本章以旗舰版为例介绍 Windows 7 的使用。

1. Windows 7 系统启动

- (1) 如果 Windows 7 已经正常安装,计算机加电启动,系统自动进入 Windows 7。
- (2) 在 Windows 7 启动对话框中输入正确的用户名和口令,然后按 Enter 键或者单击文本框右侧的按钮,即可进入 Windows 7 系统桌面,如图 1-1 所示。

2. Windows 7 系统退出

单击“开始”按钮,在弹出的“开始”菜单中单击  按钮,如图 1-2 所示,系统会自动保存相关信息后退出系统。

3. 切换用户

如果当前操作系统中有多个用户,单击“开始”按钮,在弹出的“开始”菜单中单击“关机”按钮右侧的 ,选择“切换用户”选项后系统将快速地退出当前用户,并回到“用户登录界面”,以实现用户切换操作。



图 1-1 Windows 7 桌面

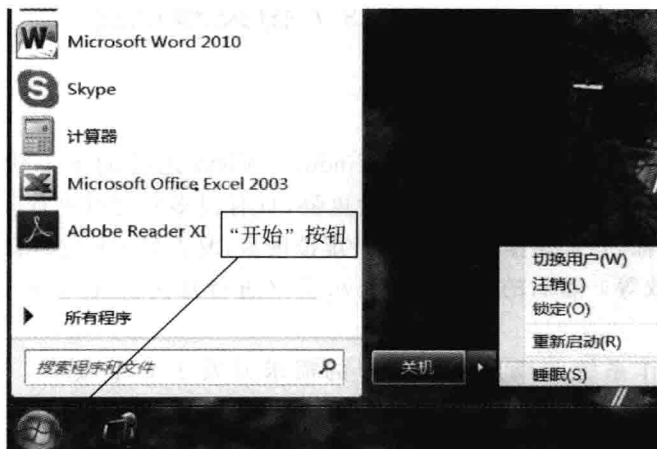


图 1-2 Windows 7 的“关机”界面

4. 注销

Windows 7 同样允许多用户操作,每个用户都可以拥有自己的工作环境并对其进行相应的设置,当需要退出当前的用户环境时,可以选择“注销”选项,系统将个人信息保存到磁盘中,并切换到“用户登录”界面。注销功能和重新启动功能相似,在注销前要关闭当前运行的程序,以免造成数据的丢失。

5. 锁定

如果用户需要暂时离开计算机,但是计算机还在进行某些操作又不方便停止,也不希望其他人查看自己的机器,这时就可以选择“锁定”选项使计算机锁定,恢复到“用户登录界面”,再次使用时通过重新输入用户密码才能开启计算机进行操作。

6. 重新启动

选择“重新启动”选项后,系统将自动保存相关信息,然后将计算机重新启动并进入“用

户登录”界面再次登录即可。

7. 睡眠

睡眠状态能够以最小的耗能保证计算机处于锁定状态,从睡眠到进入工作状态只要 10 秒左右的时间。

1.1.2 Windows 7 桌面与其设置

Windows 7 默认的设置不一定适合每个人的使用习惯与审美观。因此,用户可以通过个性设置,自定义操作系统界面的外观等项目,打造一个极具个性化的 Windows 7 桌面。

1. Windows 7 桌面

桌面是用户启动 Windows 7 之后见到的主屏幕,也是用户执行各种操作的区域。桌面中包含了“开始”菜单、任务栏、桌面图标和通知区域。桌面图标由一个形象的小图片和说明文字组成,在使用过程中,用户可以根据需要将自己常用的应用程序的快捷方式、经常要访问的文件或文件夹的快捷方式放置到桌面上,通过对其快捷方式的访问,达到快捷访问应用程序、文件或文件夹本身的目的,因此不同计算机的桌面也呈现出不同的图标。

2. “开始”菜单

“开始”菜单位于 Windows 桌面任务栏最左端,如图 1-3 所示,是用来运行 Windows 7 应用程序的入口,“开始”菜单由常用程序区、所有程序区、搜索区、当前用户图标和跳转列表区组成,如图 1-3 所示。

1) 常用程序区

列出了常用程序列表,通过它可以快速启动常用程序。它分为三个部分,顶部是用户指定的附着于“开始”菜单的应用程序项目,中间是用户近期经常使用的应用程序(系统会根据用户的使用情况动态修改此部分内容),底部是“所有程序”选项,单击它可显示详细的程序列表。

2) 所有程序区

在“开始”菜单中选择“所有程序”,即出现所有程序菜单项,可以启动用户所选择的应用程序,是执行程序最常用的方式。

3) 搜索区

在“开始”菜单中,可以在计算机中搜索需要的程序或文件。在其中输入关键词,可找到相应的程序或文件。

4) 跳转列表

列出了“开始”菜单中最常用的选项,包括图片、音乐、控制面板、设备和打印机、关机等选项,方便用户快速打开经常使用的文件夹或系统调整项目。如在“开始”菜单中选择“控制面板”,即可调整计算机的相关设置。

5) 当前用户图标

显示当前操作系统使用的用户图标,以方便用户识别,单击它还可以设置用户账户。

6) 右击“开始”菜单

在“开始”按钮上右击,在弹出的快捷菜单中选择“属性”命令,打开“任务栏和「开始」菜单属性”对话框,打开“「开始」菜单”选项卡,如图 1-4 所示,单击“自定义”按钮,打开“自定义「开始」菜单”对话框,可以更改“开始”菜单的外观。同样可以对“任务栏”和“工具栏”进行更改。



图 1-3 “开始”菜单

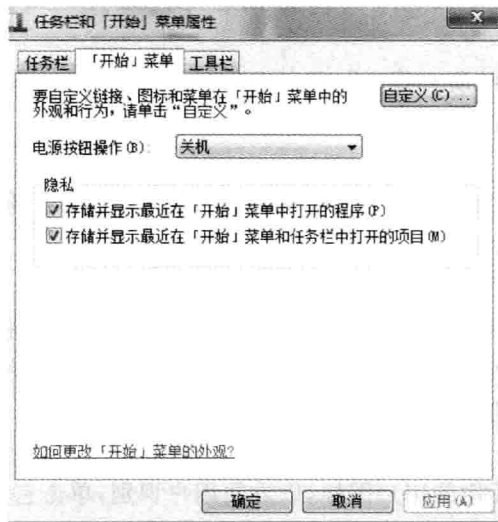


图 1-4 “任务栏和「开始」菜单属性”对话框

3. 任务栏

任务栏位于桌面最下方，它由“开始”按钮、任务栏主体及通知区域三部分构成。提供快速切换文档、应用程序和窗口的功能。一般情况下的任务栏是指任务栏主体。相比之前的

Windows 版本,Windows 7 任务栏发生了较大的改变,具体表现在以下几方面。

(1) 预览窗口或窗口缩图。用户所打开的窗口以及大多数应用程序均会在任务栏驻留图标,将鼠标移到相应的图标上,即可预见程序或窗口缩图,一些应用程序甚至会提供运行状态信息。单击程序或窗口的缩图,即可将缩图对应的程序或窗口置于最前方,供用户进一步操作。

(2) 将程序锁定到任务栏。用户可以将常用的应用程序锁定至任务栏,以后只需单击任务栏上相应的程序图标即可运行该程序。

(3) 跳转列表。在任务栏中的“资源管理器”图标上右击,即可查看常用的文件夹列表,单击对应的选项,即可快速打开常用的文件夹。

任务栏中还可以添加显示其他的工具栏。右击任务栏的空白处,弹出快捷菜单,从“工具栏”的下一级菜单中选择,可决定任务栏中是否显示“地址”、“链接”、“桌面”或“语言栏”等工具。

4. 通知区域

通知区域位于任务栏的右侧,用于显示时间和一些程序的运行状态,单击图标,通常会打开与程序相关的设置,也称系统托盘区域。将鼠标移向某图标时,会显示该图标的名称或该设置的状态,双击图标通常会打开与之相关的程序或设置。

5. 桌面设置

1) 使用 WindowsAero 界面

打开和调整 Aero 功能的方法如下:

(1) 在桌面空白处右击,在快捷菜单中选择“个性化”菜单项,打开“个性化”窗口后,在 Aero 主题列表中选择一种 Aero 主题,系统便自动切换到该主题,单击“窗口颜色”图标,在打开的窗口中可以修改所选择的 Aero 主题,如图 1-5 所示。



图 1-5 “个性化”设置窗口

(2) Windows 7 的桌面主题提供的并不是局部的个性化,更关注的是桌面的整体风格。

(3) 可以通过“保存主题”命令打开“将主题另存为”对话框,主题被命名保存在“我的主题”主题项中,方便以后选择使用。

2) 桌面图标设置

桌面图标实质上是指向应用程序、文件夹或文件的快捷方式,双击图标可以快速启动对应的程序或打开文件夹和文件。按类型大致可分为 Windows 桌面通用图标、快捷方式图标两种。Windows 7 为用户提供了三种规格的图标,大图标、中图标和小图标。在桌面空白处右击,选择“查看”选项,可在展开的子菜单中选择一种图标规格,如图 1-6 所示。

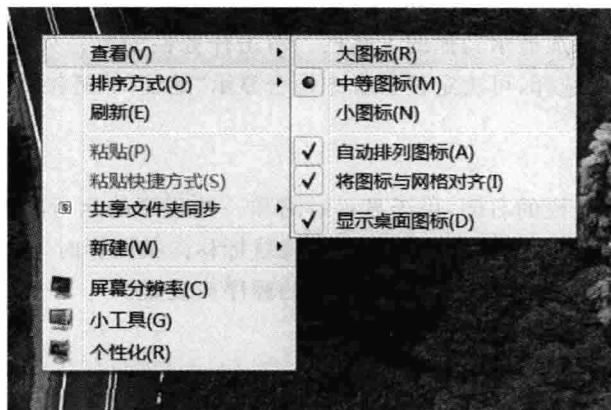


图 1-6 图标设置示意图

用户可以修改默认性能设置,将其设置为最佳性能,具体操作如下。

(1) 单击“开始”按钮,展开菜单后,在“计算机”选项上右击,选择“属性”选项。

(2) 打开“系统”窗口后,在左窗格中单击“高级系统设置”链接文字。

(3) 弹出“系统属性”对话框后,默认打开“高级”选项卡,在“性能”区域中单击“设置”按钮,接着在“性能选项”对话框中单击“调整为最佳性能”,如图 1-7 所示。

3) 桌面小工具

(1) 选择小工具。

① 在桌面空白处右击,在快捷菜单中选择“小工具”,打开小工具的管理界面。

② 如图 1-8 所示,在小工具的管理界面中双击选择需要的小工具图标,或直接拖曳到桌面,或右击小工具图标在弹出的快捷菜单中选择“添加”,都可以将其添加到桌面。

(2) 设置小工具效果。添加好小工具后,右击已添加的小工具可以对其“移动”、“调整不透明度”、“前端显示”等属性进行设置。

(3) 如果想去掉桌面上添加的小工具,可以右击已经添加的小工具,选择“关闭小工具”。

4) 设置桌面字体大小

使用 22 英寸或以上尺寸的显示器时,系统默认的字体的偏小,有的用户阅读屏幕文字时可能会感到吃力,这时可以通过调整 DPI 来调整字体的大小,操作方法如下。

(1) 在桌面空白处右击,选择“屏幕分辨率”选项,然后在打开的窗口中单击“放大或缩

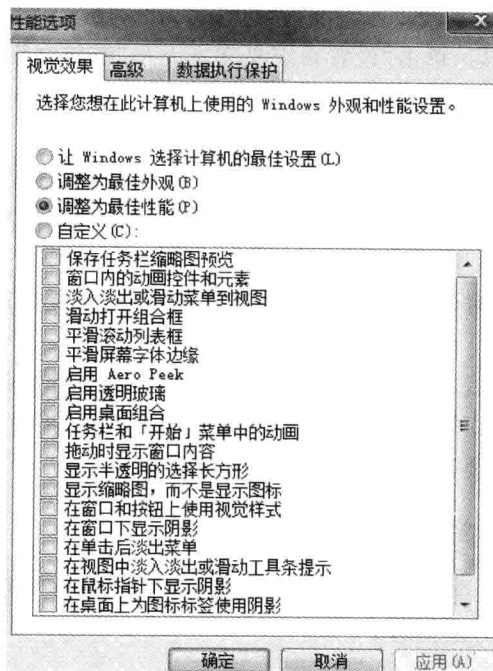


图 1-7 “性能选项”对话框



图 1-8 “桌面小工具”窗口