



计算机应用基础 实训指导

● 刘 钢 主编

上海交通大学出版社

计算机应用基础实训指导

主编 刘 钢

上海交通大学出版社

内 容 简 介

本书是为配套《计算机应用基础(第2版)》教材而编写的实训指导,训练内容和题目对应教材顺序,便于教师组织教学。各章的实训内容含单项训练和综合训练,每一实训内容目的性强、任务具体、并简单扼要地给出操作要点(不是详细的步骤说明);章末增加了选择题和填空题形式的练习。

通过实训和练习,培养学生的动手能力,加强对教材理论知识的理解。本书设有八套不带解答题的自测题,并配有《计算机应用基础(第二版)实训指导光盘》。

本书可作为应用型本科教材,高职高专教材,也可供有关技术人员学习参考。

图书在版编目(CIP)数据

计算机应用基础实训指导/刘钢主编.
上海:上海交通大学出版社,2004
21世纪高等职业技术教育通用教材
ISBN 7-313-03768-6

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

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第057766号

计算机应用基础实训指导

刘钢 主编

上海交通大学出版社出版发行

(上海市番禺路877号 邮政编码 200030)

电话: 64071208 出版人: 张天蔚

上海锦佳装潢印刷发展公司印刷 全国新华书店经销

开本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 8 字数: 190千字

2004年7月第1版 2004年7月第1次印刷

印数: 1~6050

ISBN 7-313-03768-6/TP·596 定价(含光盘): 20.00元

版权所有 侵权必究

前 言

本书是为配套《计算机应用基础(第2版)》教材而编写的实训指导。

本书所编写的实训内容和习题力求符合教材及教学基本要求,适合技术应用型本科学生和高职高专学生的实际水平和学习特点,举一反三、适当多练。本书提供的训练内容数量大、目的性强、任务具体,可使实训课程安排紧凑、充实。

本书各章节分为实习训练和习题两部分:在实习训练中列出了本章实训的目的和要点,以单项训练和综合训练方式由浅入深逐步展开,对各实训内容只简单扼要地给出操作要点(不是详细的步骤说明),以利于培养学生的动手能力;在习题中以选择和填空形式对所学基本知识予以复习,理论和实践相结合,集上机实训和基础知识练习于一体。

在完成各章实训之后,书中给出了有关 Windows XP 和 Office XP 操作的 11 套自测题。这些题目有一定难度,但不提供解答,要求学生独立操作与思考,或者借助于系统帮助解决问题。通过这样的训练,不仅可使学生加深对教材理论知识的理解和掌握,还能掌握实际应用技能。

为紧密贴近实际应用,面向学生的就业市场,本实训教材所涉及的实训项目和习题等统一在中文版 Windows XP、Office XP、IE6.0 等最新软件平台上实施。训练内容和题目基本按教材顺序,以利于教师按教学进度组织教学。

为配合学生实训的具体实施,本书提供《计算机应用基础(第二版)实训指导光盘》(以下简称配套盘)。实训内容所涉及的素材均保存在配套盘相应的文件夹中,同时建议实训学员自备软盘作为个人练习盘,并将实训结果保存在个人练习盘相应的文件夹中。

本书由刘钢主编,李东方、孙丽君任副主编,由常年第一线从事教学工作的李东方、柴健民、忻玉芳、韦玮、虞兰、孙丽君(按章节先后顺序)等老师参加编写,并由李东方和孙丽君老师分别负责实训部分和自测部分的统稿。

编者虽尽心尽力,但难免有不妥或值得改进之处,恳请教师和学生在实际使用中提出批评指正,以利改进和提高。

编 者

2004 年 5 月

联系信箱:tongjilg@126.com(刘钢)dfl18888@citiz.net(李东方)

目 录

1 计算机信息技术基础知识	1
实习训练.....	1
实训目的和要点.....	1
实训内容.....	1
1.1 观察计算机主机与外设的连接	1
1.2 计算机的开启与关闭	1
习题.....	2
2 操作系统——Windows XP	5
实习训练.....	5
实训目的和要点.....	5
实训内容.....	5
2.1 单项训练	5
2.1.1 Windows XP 入门	5
2.1.2 资源管理.....	10
2.1.3 操作环境设置.....	14
2.1.4 附件.....	17
2.2 综合训练.....	19
习题	22
3 文字处理——Word XP	26
实习训练	26
实训目的和要点	26
实训内容	26
3.1 单项训练.....	26
3.1.1 Word XP 的基本操作	26
3.1.2 文本的编辑与格式设置.....	27
3.1.3 页面格式设置与打印.....	29
3.1.4 图片与图形操作.....	30
3.1.5 用表格组织和显示信息.....	31
3.1.6 其他文档操作技术.....	33
3.2 综合训练.....	35
习题	38

4 电子表格——Excel XP	41
实习训练	41
实训目的和要点	41
实训内容	41
4.1 单项训练	41
4.1.1 Excel XP 的基本操作	41
4.1.2 工作表中的数据操作	43
4.1.3 图表操作	46
4.1.4 分析和处理数据清单	48
4.2 综合训练	51
习题	53
5 电子幻灯——PowerPoint XP	56
实习训练	56
实训目的和要点	56
实训内容	56
5.1 单项训练	56
5.1.1 PowerPoint XP 的基本操作	56
5.1.2 幻灯片的编辑与放映	57
5.1.3 幻灯片的修饰与美化	58
5.1.4 其他操作	60
5.2 综合训练	61
习题	63
6 网页制作——FrontPage XP	67
实习训练	67
实训目的和要点	67
实训内容	67
6.1 单项训练	67
6.1.1 基础知识	67
6.1.2 创建 Web 站点	68
6.1.3 网页制作初步	70
6.1.4 设置超链接	72
6.1.5 表格与框架	73
6.1.6 表单与动态效果	75
6.2 综合训练	76
习题	78

7 上网浏览与收发电子邮件	82
实训训练	82
实训目的和要点	82
实训内容	82
7.1 单项训练	82
7.1.1 网上漫游——使用 Internet Explorer	82
7.1.2 电子邮件——使用 Outlook Express	85
7.2 综合训练	88
习题	90
8 常用工具软件	93
实训训练	93
实训目的和要点	93
实训内容	93
8.1 压缩工具	93
8.1.1 压缩工具软件的安装	93
8.1.2 压缩和分卷压缩	94
8.1.3 生成自解压文件	95
8.2 系统优化工具	95
8.2.1 系统优化工具软件的安装	95
8.2.2 对注册表的清理	95
8.2.3 对磁盘垃圾文件的清理	96
8.3 下载工具 FlashGet	96
8.3.1 FlashGet 的安装设置	96
8.3.2 用 FlashGet 下载	96
8.4 图像工具 ACDSee	97
8.4.1 图像工具 ACDSee 的安装	97
8.4.2 图片浏览和放映	97
8.4.3 图片简单编辑	97
8.5 杀毒工具	98
8.5.1 杀毒工具软件的安装	98
8.5.2 对磁盘和文件夹的查杀	99
8.5.3 病毒专杀工具的应用	99
自测篇	101
Windows XP 自测题一	101
Windows XP 自测题二	102
Word XP 自测题一	104

Word XP 自测题二	106
Word XP 自测题三	107
Word XP 自测题四	109
Excel XP 自测题一	110
Excel XP 自测题二	111
Excel XP 自测题三	112
Excel XP 自测题四	114
PowerPoint XP 自测题	115

1 计算机信息技术基础知识

实习训练

【实训目的和要点】

- ◇ 熟悉计算机主机与外设的连接
- ◇ 掌握计算机开机和关闭的操作
- ◇ 熟悉计算机的启动过程

【实训内容】

1.1 观察计算机主机与外设的连接

【要求】在教师指导下,在未开启电源的前提下熟悉计算机主机上各种连线的功能。

【操作要点】

观察和熟悉电源线、显示器信号线、PS/2 接口键盘和鼠标接口、COM 通信接口、LPT 通信接口以及 USB 通信接口。在未开启电源的前提下,小心拔下,观察接口方向和标记,再按原方向小心插回。

小结:微型计算机(以下简称微机)的接口均为标准接口,只要不粗暴对待,不同功能的连接线相互是不会插错的。各接口与连线之间有插入方向标记,插入时应对准后小心推入,勿使用暴力,以防插头内极棒弯折。

1.2 计算机的开启和关闭

【要求】正确开启计算机,观察开机自检和操作系统引导启动的过程,正确关闭计算机。

【操作要点】

- (1) 检查计算机接线是否正确,打开显示器电源,轻触面板上的 Power 键。
- (2) 观察显示器上显示适配器、内存、外存等自检信息。
- (3) 观察操作系统引导启动的过程。
- (4) 在 Windows XP 中,用鼠标顺序单击开始—关闭计算机—关闭,观察正确关闭计算机

时,操作系统保存信息和关机的过程。

小结:从计算机操作系统与硬件的关系理解上可找到正确开机和关机的理论依据。奔腾Ⅱ以上的微机,电源通过开关电路由系统控制,关闭系统应按正确的顺序,使计算机在推出系统之前完成保存系统信息和硬盘磁头复位。

除非遇特殊情况,通常不可用切断电源、按面板上“Reset”键的方式关闭系统和重新启动。

习 题

【选择题】

- 世界上公认的第一台计算机是____。
A. IBM-PC 机
B. 电子数字积分计算机(ENIAC)
C. 电子离散变量计算机
D. IBM 机
- 计算机的发展从结构和功能等方面看,大致有微型化、网络化、多媒体化和____趋势。
A. 巨型化
B. 集成电路化
C. 人工智能化
D. 通用化
- 在计算机内部,用来传送、存储、加工处理的数据或指令都以____形式进行。
A. 二进制码
B. 八进制码
C. 十进制码
D. 十六进制码
- 关于数在计算机内的表示,不正确的是____。
A. 对于 r 进制数,每一位上的数字可有 r 种
B. 2BH 表示十进制数 32
C. 计算机内表示数的形式是二进制
D. 一个字节最大可表示十进制数 255
- 十进制数 269 转换成十六进制数是____。
A. 10E
B. 10D
C. 10C
D. 10B
- 二进制数 11101.010 的十六进制数为____。
A. 1D. 4
B. 1D. 2
C. 1D. 1
D. 1D. 01
- 十六进制数 23.4 的十进制数为____。
A. 35.5
B. 23.4
C. 35.75
D. 35.25
- 十进制数 28.625 的十六进制数为____。
A. 112.10
B. 1C. A
C. 1C. 5
D. 112.5
- 与二进制数 0.1 等值的十六进制数是____。
A. 0.2H
B. 0.1H
C. 0.4H
D. 0.8H
- 下列数字为偶数的是____。
A. $(101110111)_2$
B. $(985ac3ff)_{16}$
C. $(524327)_8$
D. $(1111110110)_2$
- 若一个字节为一个存储单元,则一个 64KB 的存储器共有____存储单元。
A. 64000
B. 65536
C. 65535
D. 32768
- 1100BH 是____。

- A. 表示一个二进制数
B. 表示一个二进制或十六进制数
C. 表示一个十六进制数
D. 是一个错误的表示
13. ASCII 码是表示____的代码。
A. 西文字符 B. 浮点数 C. 汉字和西文字符 D. 各种文字
14. 一个完整的计算机系统包括____。
A. 主机与外部设备 B. 主机与操作系统
C. 硬件系统与软件系统 D. CPU、存储器与外部设备
15. 下列关于计算机系统硬件的说法中,正确的是____。
A. 计算机硬件中的主机由 CPU 和硬盘组成 B. 运算器是进行算术运算的部件
C. 控制器是计算机中指令的解释机构 D. 存储器的容量 1GB 为 1024MB
16. 下列关于计算机软件的说法,不正确的是____。
A. 计算机软件可分为系统软件和应用软件
B. 解释程序和编译程序都属于系统软件
C. 信息管理软件和文字处理软件都属于应用软件
D. 汇编语言和 C 语言都是计算机的高级语言
17. 计算机内存的每个基本单元都被赋予一个唯一的序号,称为____。
A. 容量 B. 地址 C. 编号 D. 字节
18. 微机中的运算器的主要功能是进行____。
A. 算术运算 B. 逻辑运算
C. 初等函数运算 D. 算术运算和逻辑运算
19. 当 3.5 英寸软盘下角的滑块露出一个小孔,则该盘____。
A. 不能读但能写
B. 病毒不会修改盘中文件
C. 不能读也不能写
D. 对盘中文件只能读取或改名而不能对内容改写
20. 下列存储器中,存储速度最快的是____。
A. 软盘 B. 光盘 C. 硬盘 D. 主存
21. CPU 是从____中取得指令和数据的。
A. 硬盘 B. 软盘 C. 内存 D. RAM
22. “裸机”是指____的计算机。
A. 无产品质量保证书 B. 只有软件没有硬件
C. 没有包装 D. 只有硬件没有软件
23. 操作系统的作用是____。
A. 把源程序译成目标程序 B. 实现软硬件的转接
C. 管理计算机的硬件设备 D. 控制和管理系统资源的使用
24. 计算机能直接识别的程序是____。
A. 源程序 B. 汇编语言程序 C. 机器语言程序 D. 低级语言程序
25. 在使用计算机时突然发生断电故障,计算机____中的信息将全部丢失。
A. RAM B. ROM C. 硬盘 D. 软盘

2 操作系统——Windows XP

实习训练

【实训目的和要点】

- ◇ 掌握 Windows XP 桌面的基本操作
- ◇ 掌握磁盘、文件、文件夹、回收站等资源的操作方法与选项设置
- ◇ 掌握 Windows XP 操作系统的环境设置
- ◇ 熟悉 Windows XP 操作系统附带软件的使用

【实训内容】

- (1) 本部分所有提供的素材均保存在配套盘的“Windows XP 实训素材”文件夹中。
- (2) 本部分的实训结果建议保存在个人练习盘的“Windows XP 练习”文件夹中。

2.1 单项训练

2.1.1 Windows XP 入门

2.1.1.1 桌面管理

【素材与要求 1】 用窗口操作方法在桌面上添加“我的电脑”和“Internet Explorer”图标。

【操作要点】

- (1) 启动计算机进入 Windows XP 系统。
- (2) 在桌面的空白处点击鼠标右键,执行“属性”命令,打开“显示属性”设置窗口。
- (3) 在“桌面”选项卡中用“自定义桌面”命令按钮进行桌面图标设置。

注:有些常规操作项目也可用“开始”菜单中相关项目的右键快捷菜单命令完成;启动时如需用户名和口令,请向计算机管理人员咨询。

【素材与要求 2】 对桌面图标进行两次“隐藏”和“显示”操作,并把“Internet Explorer”图标从桌面上清理到“未使用的桌面快捷方式”文件夹中。

【操作要点】

(1) 在桌面的空白处单击鼠标右键,在快捷菜单的“排列图标”子菜单中选择“隐藏”或“显示”桌面图标的相应操作命令。

(2) 按上一个实训的操作方法打开“桌面项目”窗口,单击“现在清理桌面”命令按钮,按“桌面清理向导”的操作步骤进行桌面图标清理操作。

【素材与要求 3】 在桌面上创建“计算器”和“画图”快捷方式,然后再删除。

【操作要点】

(1) 创建应用程序的桌面快捷方式有以下几种:

- 打开「开始」菜单,把鼠标移动到“所有程序→附件→画图(计算器)”,选择右键快捷菜单“发送到→桌面快捷方式”命令。
- 打开「开始」菜单,把鼠标移动到“所有程序→附件→画图(计算器)”,选择右键快捷菜单“创建快捷方式”命令,然后将新建的快捷方式用拖曳或“剪切”后“粘贴”的方法移动到桌面上。
- 右击桌面空白处,通过快捷菜单中的“新建→快捷方式”命令进行创建,如图 2.1 所示。

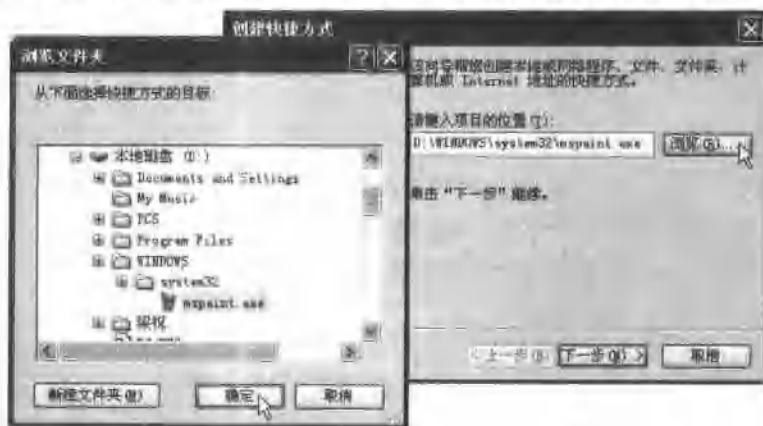


图 2.1

- 按住“Alt”键,用鼠标拖曳。

(2) 删除桌面快捷方式可用右键快捷菜单“删除”命令。

小结:对桌面的管理要根据自己的习惯,最好把常用的快捷图标放在桌面上,把 1 周或 1 个月都未用过的快捷图标清理到“未使用的桌面快捷方式”文件夹,使自己的桌面保持清洁、实用。

2.1.1.2 任务栏操作

【素材与要求 1】 打开三个任意窗口,在桌面上以层叠或平铺的方式排列,并切换活动窗口。

【操作要点】

(1) 在任务栏空白处单击鼠标右键(见图 2.2),选择相应的快捷菜单命令,使打开的窗口以层叠、纵向或横向平铺的方式排列。

(2) 单击非活动窗口未被遮盖的部分或任务栏上的相应窗口按钮,便可切换成活动窗口。

注:桌面上活动窗口只有一个;如果活动窗口把任务栏也遮盖,可用 <Alt+Tab>组合快捷键切换。



图 2.2

【素材与要求 2】 把任务栏从桌面底部移动到其他三边,并改变其高度(宽度),最后将其隐藏。

【操作要点】

(1) 首先确定任务栏为解锁状态(图 2.2 为锁定状态),否则无法移动。

(2) 用鼠标拖曳任务栏即可改变其位置,拖曳任务栏靠屏幕中心以侧的边线(鼠标指针变为双尖头时),可改变其高度(宽度)。

(3) 执行图 2.2 所示的“属性”快捷命令,在弹出的任务栏属性设置窗口中进行相应的设置,可把任务栏隐藏。

【素材与要求 3】 在任务栏上新加“我的文档”工具栏,然后再关闭。

【操作要点】

(1) 执行图 2.2 所示的“工具栏→新建工具栏”快捷命令,在弹出如图 2.3 所示的“新建工具栏”窗口中选择将添加的内容。

(2) 关闭新建的工具栏时,只要执行任务栏快捷菜单的“工具栏”下级菜单中相关命令即可。

【素材与要求 4】 在任务栏的快速启动栏中新加 Microsoft Excel 快捷图标按钮,然后再删除。

【操作要点】

(1) 首先确定任务栏上已打开快速启动栏。可在任务栏快捷菜单的“工具栏”下级菜单中执行相关命令。

(2) 打开「开始」菜单,将程序的快捷方式拖曳到快速启动栏中。

(3) 删除工具栏上快速启动图标按钮时,只要执行该快速启动图标按钮右键快捷菜单的“删除”命令即可。

注:「开始」菜单的快捷方式和桌面上的任意图标都可拖曳成快速启动图标按钮。

【素材与要求 5】 把任务栏的通知区域中音量控制图标隐藏,然后再显示。

【操作要点】

(1) 执行任务栏快捷菜单的“属性”命令,打开“任务栏和「开始」菜单属性”窗口。

(2) 单击“自定义”按钮,在打开的“自定义通知”窗口中进行相应的设置。

(3) 显示音量控制图标时,可重复以上操作,选择“总是显示”选项(见图 2.4)即可。

小结:任务栏可以更小的区域集中桌面上快捷图标,但最好只设置一些最常用的快捷图标,否则使用起来反而不方便。另外,对“语言栏”也可进行个性化设置,但恢复显示的操作较复杂,请同学们自己思考。

2.1.1.3 「开始」菜单

【素材与要求 1】 把「开始」菜单自定义为:常用程序快捷方式数目改为 8,以小图标方式显示;显示“系统管理工



图 2.3

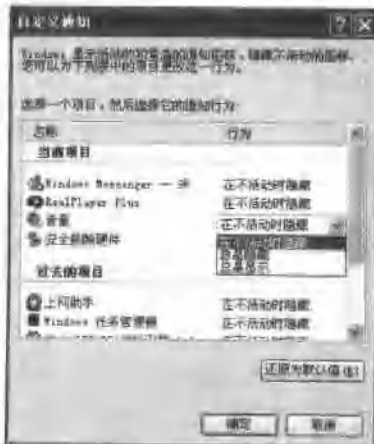


图 2.4

具”，不显示“我的音乐”。

【操作要点】

(1) 在「开始」菜单(或任务栏)空白处单击鼠标右键,打开“属性”窗口,选择“「开始」菜单”选项卡,单击其右边的“自定义”按钮。

(2) 在“常规”选项卡中(见图 2.5)设置常用程序快捷方式的数目和显示图标方式。

(3) 在“高级”选项卡中(见图 2.6)设置「开始」菜单项目的显示方式。

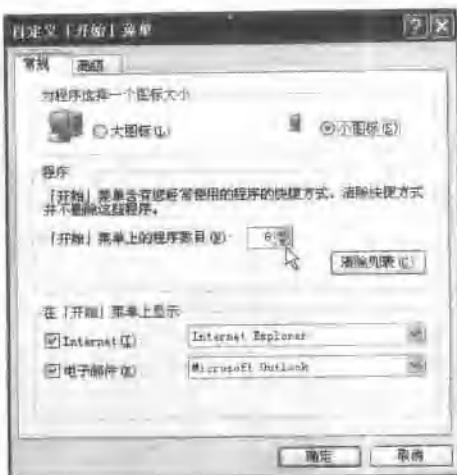


图 2.5

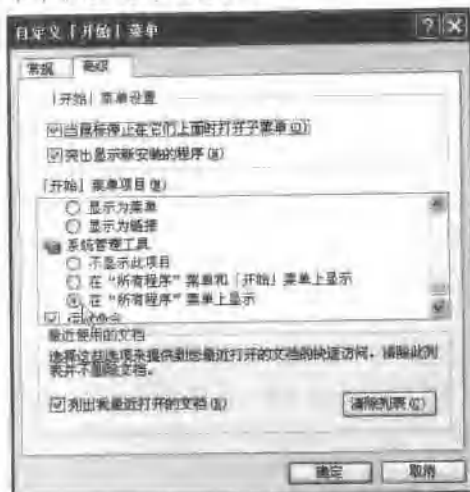


图 2.6

【素材与要求 2】 在「开始」菜单中建立如图 2.7 所示的名为“Microsoft Office”程序组,在该组中建立“Word”、“Excel”快捷方式。



图 2.7

【操作要点】

(1) 在「开始」菜单(或任务栏)空白处单击鼠标右键,打开“属性”窗口,选择“「开始」菜单”选项卡。

(2) 选择“经典「开始」菜单”,单击其右边的“自定义”按钮。

(3) 在弹出的对话框中单击“添加”按钮,在“请键入项目的位置”文本框中输入或通过“浏览”按钮选择 Word 程序的路径和文件名(见图 2.8),按“下一步”按钮。

(4) 在“选择程序文件夹”对话框中单击“新建文件夹”按钮,在“程序”文件夹中创建一个名位“程序组(1)”的文件夹,按要求修改程序组名(见图 2.9),按“下一步”按钮。

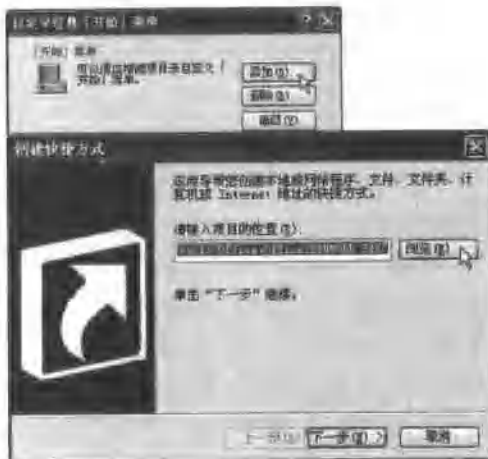


图 2.8

(5) 在“选择程序标题”对话框中按要求修改快捷方式名称(见图 2.10)即可完成。



图 2.9

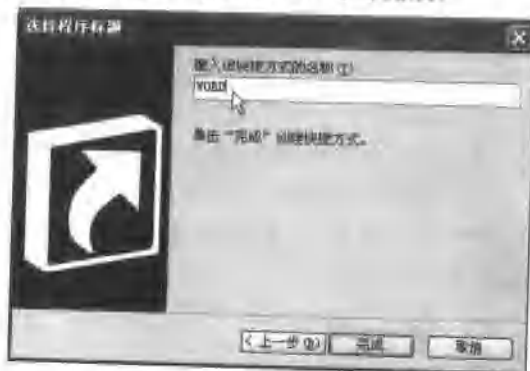


图 2.10

(6) 根据以上操作添加 Excel 的快捷方式,注意第 4 步不用新建程序组,可直接选择。

(7) 创建结束后,要把“经典开始菜单”恢复到 Windows XP 默认“开始菜单”,这样才可看到如图 2.7 所示的效果,但不恢复并不影响应用。

(8) 如果要删除程序组或快捷方式,可在开始菜单中把鼠标移动到删除对象,用右键快捷菜单命令删除。

小结:开始菜单可以建立所有应用的快捷方式,并可分组管理,方便使用。创建开始菜单快捷方式的操作方法,还可以用鼠标拖曳对以上操作方法加以改进,请同学们自己总结。

2.1.1.4 账户设置

【素材与要求】 用自己的姓名创建一个管理员账户,并选择一个自己喜欢的账户图片,然后把系统切换到自己的新账户。

【操作要点】

(1) 打开开始菜单,单击顶端当前登录的用户账户图标,或在“控制面板”窗口中双击“用户账户”图标。

(2) 在“用户账户”窗口中进行账户创建、账户图片设置的操作。

(3) 打开开始菜单,选择“注销”命令,直接进行切换用户操作,或注销当前用户后重新用新创建的用户登录。

2.1.1.5 应用程序的启动方法

【素材与要求】 用多种方式运行“画图”、“计算器”等程序,并以不同的方式关闭程序。

【操作要点】

(1) 运行程序主要有以下几种方法:

- 单击任务栏上快速启动栏上的快捷按钮。
- 双击桌面“我的电脑”或“资源管理器”中的应用程序或其快捷方式。
- 在开始菜单中或其“所有程序”的下级菜单及其再下级菜单中进行选择运行。
- 通过开始菜单中的“运行”命令,浏览定位或直接键入所要运行的程序文件及其路径。如“记事本”的应用程序是 c:\windows\notepad.exe 文件。
- 通过运行开始菜单中的“所有程序→附件→命令提示符”命令,在 DOS 窗口中直接键入所要运行的程序文件及其路径。