

周浩慧 肖玉朝 主编



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

21 世纪高职高专计算机系列规划教材

计算机应用基础案例教程实训指导

主 编	周浩慧	肖玉朝	
副主编	张 田	李智伟	
参 编	黄力雨	范 瑛	周化祥
	赵 琼	许碧波	戴江为
	樊 睿		

内 容 简 介

本书在设计和编写理念上力求体现“以学生能力为本位、以职场环境为基础、以就业训练为导向”的原则,采用企业个案作为所有实例训练设置的场景依据,引导学生掌握计算机的基本操作技能,提高学生的知识迁移和综合应用能力。

本书分为计算机基础知识、操作系统、文档编排、电子表格、演示文稿、Internet 漫游、常用工具实战等七章,有针对性地对计算机软/硬件基础和操作系统的知识、办公自动化软件 Office 2003 的操作技巧及互联网与工具软件的使用方法进行了训练指导。

本书在内容上强调面向职业、项目驱动、注重实例、培养能力,在风格上图文并茂、脉络清晰、可操作性强,适合作为高职高专各专业计算机基础的配套上机实训教材,也可作为计算机爱好者的参考书。

图书在版编目(CIP)数据

计算机应用基础案例教程实训指导 / 周浩慧, 肖玉朝
主编. —北京: 中国铁道出版社, 2008. 8
(21 世纪高职高专计算机系列规划教材)
ISBN 978-7-113-09126-2

I. 计… II. ①周…②肖… III. 电子计算机—高等学校:
技术学校—教学参考资料 IV. TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 128062 号

书 名: 计算机应用基础案例教程实训指导
作 者: 周浩慧 肖玉朝 主编

策划编辑: 严晓舟 杨 枫

编辑部电话: (010) 63583215

责任编辑: 李小军

编辑助理: 徐盼欣

封面设计: 付 巍

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 本: 2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 次印刷

开 本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 8.5 字数: 201 千

书 号: ISBN 978-7-113-09126-2/TP·2151

定 价: 18.00 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社计算机图书批销部调换。

前言

FOREWORD >>>

本书作为高等职业教育计算机应用基础配套教材,贯彻教育部提出的高等职业教育“以就业为导向”、从专业本位向职业岗位和就业为本转变的指导思想,在本书中加强应用能力培养的内容,以求强化学生的实际工作能力和综合应用所学知识的能力,拉近课程教学与企业需求的距离,增强学生的就业竞争能力。

“以学生能力为本位、以职场环境为基础、以就业训练为导向”是本书编写的出发点。全书贯穿“新锐科技贸易公司”的企业个案作为所有实例问题设置的场景依据,以确保学生能够熟悉典型企业中各组织机构的功能,使学生在今后的职业生涯中,能无障碍地为这些组织机构提供 IT 问题的解决方案,提高学生的专业操作技能。

本书以任务驱动、案例教学为主导,通过“引导(提出问题)——探索(发现问题)——实践(解决问题)——应用(独立分析解决问题)”四步曲展开内容,将完成任务所需技能要求及具体实现任务方案与步骤有机地结合起来,引导学生掌握计算机的基本操作技能,提高学生的知识迁移和综合应用能力。因此,对于每一个实例的训练过程都分为六大部分,同时具备易模仿性、完整性、应用性、深入性的特色。

- 实训描述:提出公司所需解决的实际 IT 问题。
- 实训目的:发现并分析解决问题所需掌握的操作技能。
- 实训任务:系统地列出解决问题的相关操作技能训练方案。
- 实训步骤:给出相关操作技能训练方案的具体操作步骤,让学生进行模仿练习。
- 独立实训:让学生自主完成一组相关任务的训练,从而达到学以致用。
- 课后练习:通过布置一组任务让学生课后完成,从而达到温故而知新。

全书分为七章,包括计算机基础知识、操作系统、文档编排、电子表格、演示文稿、Internet 漫游、常用工具实战等内容,有针对性地对计算机软/硬件基础和操作系统的知识、办公自动化软件的操作技巧及互联网与工具软件的使用方法进行了训练指导。

本书采取了新颖、统一的格式化设计,在编写过程中力求语言精练、内容实用,图文并茂,自成系统,由浅入深、步骤详尽,适用范围广泛,便于理解和掌握。

本书由周浩慧、肖玉朝任主编,张田、李智伟任副主编。各章及其编写人员如下:第 1 章黄力雨,第 2 章范瑛,第 3 章赵琼、周化祥,第 4 章许碧波、张田,第 5 章周浩慧,第 6 章肖玉朝、戴江为,第 7 章樊睿。

由于编者水平有限,加上时间仓促,书中不妥之处在所难免,希望读者批评指正。

编 者

2008 年 6 月

目 录

CONTENTS

第 1 章 计算机基础知识	1
实训 1 指法和输入法练习	1
实训 2 计算机组装	7
第 2 章 操作系统	18
实训 1 操作环境的设置与磁盘文件的管理	18
实训 2 控制面板与常用附件的操作	30
第 3 章 文档编排	34
实训 1 Word 文档编辑、格式与排版	34
实训 2 Word 文档的表格处理	47
实训 3 Word 图文混排	55
实训 4 Word 高级功能应用	63
第 4 章 电子表格	74
实训 1 工作表与工作簿的基本操作	74
实训 2 Excel 数据处理	80
实训 3 Excel 图表处理	85
实训 4 Excel 数据高级处理	89
第 5 章 演示文稿	94
实训 1 演示文稿基本操作	94
实训 2 演示文稿应用小技巧	99
第 6 章 Internet 漫游	110
实训 1 网上浏览与资料下载	110
实训 2 电子邮件收发	116
第 7 章 常用工具实战	121
实训 1 系统优化	121
实训 2 腾讯 QQ 的远程协助	126
参考文献	132



第 1 章

计算机基础知识

实训 1 指法和输入法练习

实训描述

新锐科技贸易公司文秘部经常需要录入大量的文稿资料，但文秘部大多数职员文字录入的速度都很慢，公司经理要求在两周内提高其输入文稿资料的速度和准确率。

实训目的

- 了解键盘各部分的组成及各键的功能。
- 掌握正确的键盘指法。
- 熟练掌握一种常用的汉字输入法。

实训任务

- 认识键盘上的键位分布。
- 指法练习。
- 掌握五笔字型输入法。

实训步骤

1. 认识键盘上的键位分布

键盘上键位的排列有一定的规律，其排列按用途可分为：功能键区、标准字符键区、编辑键

区和数字键区等,如图 1-1 所示。



图 1-1 键位分布

以下重点介绍标准字符键区。

(1) 字母键

标准计算机键盘有 26 个字母键。在字母键位上,每个键可输入大、小写两种字母,大、小写的转换用上挡键(Shift)或大写锁定键(Caps Lock)来实现。

(2) 数字键与符号键

数字键位于字母键的上方。每个键面上都有上、下两种符号,也称双字符键,上面的符号称为上挡符号(如!、@、#、\$、%、^、&、*等),下面的符号称为下挡符号,包括数字、运算符号(如-、=、\等)。

(3) 空格键

空格键位于标准字符键的最下方,是一个空白长条键。当输入的位置需要是空白时,可用空格代替,每按一下该键,便产生一个空格。

(4) 上挡键/换挡键

一般情况下,上挡键(Shift)位于主键盘区左下角和右下角的倒数第二个位置,两个键实际上相当于一个,无论按哪个,都将产生同样的效果。上挡键主要用于辅助输入上挡字符。在输入上挡字符时,先按住上挡键不放,然后再按上挡字符键。

例如,要输入数字 2,直接按数字键【2】即可;如果要输入字符@,则需先按住【Shift】键,再按数字键【2】,这时字符@即出现在文档中。

(5) 回车键

回车键(Enter)位于标准字符键区的右边。一般情况下,当用户向计算机输入命令后,计算机并不马上执行,直到按下此键后才去执行,所以也称为执行键。在输入信息时,按此键光标将换到下一行开头,所以又称为回车键、换行键。

(6) 退格键

退格键(←、Backspace)位于标准字符键区的右上角。按该键一次,屏幕上的光标在现有位置退回一格,并删除退回的那一格内容,相当于删除光标之前的字符。

(7) 控制键

控制键(Ctrl)位于标准字符键区的左下角和右下角,两边各一个,其作用相同。此键与其他键位组合在一起操作,起某种控制作用。

2. 指法训练

(1) 正确的姿势

初学键盘输入时,要注意击键的姿势,如果姿势不当,就很难做到准确快速地输入,也容易造成疲劳。

在键盘输入时,要注意下面几点:

- ① 坐势端正,腰背挺直,两脚平稳。
- ② 身体微向前倾,双肩放松。
- ③ 两肘轻松地靠在身体两侧,手腕平直,双手手指自然弯曲,轻放在规定的基本键位上。

(2) 键盘指法

键盘上的键位与手指的对应关系如图 1-2 所示。

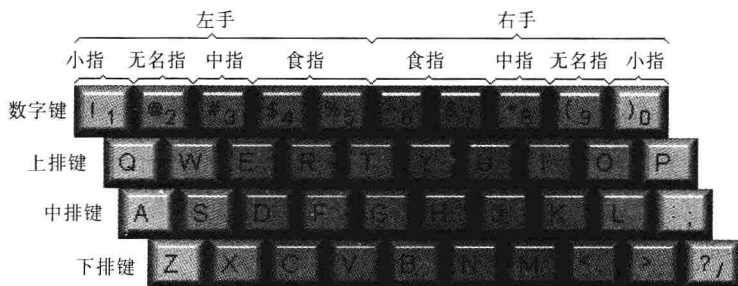


图 1-2 键盘指法

在键盘中,【A】、【S】、【D】、【F】和【J】、【K】、【L】、【;】这八个键称为基准键位。指法训练其实就是熟悉键位的过程,其目的是以基准键位为中心,十指分工,包指到键,各负其责,准确而迅速地按每个键。基本键位是左右手指的固定位置,练习时将左手小指、无名指、中指和食指分别置于【A】、【S】、【D】、【F】键上,右手食指、中指、无名指和小指分别置于【J】、【K】、【L】、【;】键上,左右拇指置于空格键上。固定好手指位置后,在打字过程中有规律地练习每个手指的指法和键位感。

指法练习主要指英文输入练习,英文输入是中文输入的基础。输入英文字符时要注意以下四方面:

- ① 在练习过程中,始终要保持正确的姿势。
- ② 在非按键时刻,手指要放在基准键位上;只用规定的手指按键;练习过程中,尽量不看键盘。
- ③ 由于所有键位都是用与基准键位的相对位置来记忆的,因此,击键完成后,手指应立即返回到对应的基准键位上。
- ④ 建议利用一种打字软件来练习指法,例如,可以利用金山打字通先练习输入英文,再练习输入中文。

3. 五笔字型输入法

目前,普遍使用的汉字输入法有两种,一种是拼音输入法,一种是五笔字型输入法。拼音输入法相对比较简单,以下重点介绍五笔字型输入法。

(1) 键盘的分区

五笔字型输入法的设计原理：汉字都可以看成由横、竖、撇、捺、折五种笔画构成，其中点归为捺，挑（提）归为横，左钩归为竖，其他带转折的笔画都归为折。因此，将键盘上 25 个字母（Z 字母除外）以五个一组划分成五个区域，如图 1-3 所示，其中 G、F、D、S、A 为横区，H、J、K、L、M 为竖区，T、R、E、W、Q 为撇区，Y、U、I、O、P 为捺区，N、B、V、C、X 为折区。

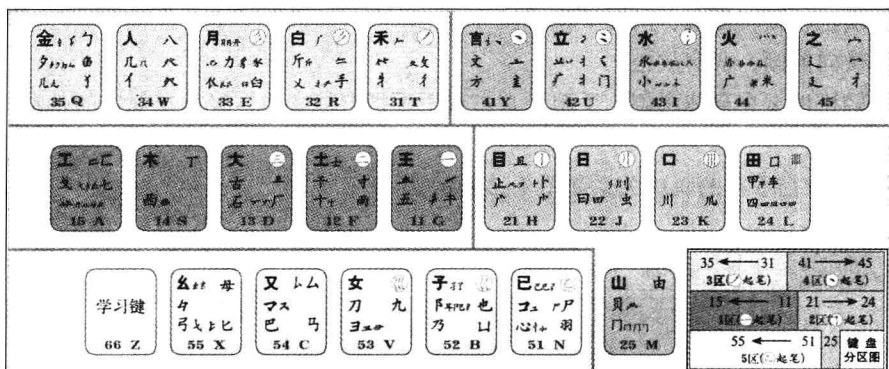


图 1-3 五笔字根表

(2) 字根助记词

字根的记忆是学习五笔字型的基础，也是最关键的部分。只要记住字根，再加上一些练习就能熟练掌握五笔字型汉字输入法，字根助记词如表 1-1 所示。

表 1-1 字根助记词

1 横区字根	2 竖区字根	3 撇区字根	4 捺区字根	5 折区字根
11G 王旁青头 戈(兼)五一	21H 目具上止 卜虎皮(“具上”指具 字的上部“且”)	31T 禾竹一撇双人立 (“双人立”即“彳”) 反文条头共三一(“条 头”即“攴”)	41Y 言文方广在四一 高头一捺谁人去	51N 已半已满不出己 左框折尸心和羽
12F 土土二千 十寸雨	22J 日早两竖 与虫依	32R 白手看头三二斤 (“三二”指键为“32”)	42U 立辛两点六门广	52B 子耳了也框向上 (“框向上”指“口”)
13D 大犬三羊 古石厂	23K 口与川	33E 月彡(衫)乃用家 衣底(“家衣底”即 “豕”)	43I 水旁兴头小倒立	53V 女刀九白山朝西 (“山朝西”为“ㄣ”)
14S 木丁西	24L 田甲方框	34W 人和八，三四里 (“三四”即“34”)	44O 火业头，四点米 (“火”、“业”、“灬”)	54C 又巴马，丢矢矣 (“矣”丢掉“矢”为 “厶”)
15A 工戈草头 右框七	25M 山由贝下框几	35Q 金勺缺点无尾鱼 (指“勺”)犬旁留又 儿一点夕，氏无七(妻)	45P 之宝盖，摘示 (示)(衣)	55X 慈母无心弓和匕 幼无力(“幼”去掉“力” 为“幺”)

(3) 汉字拆分原则

① 书写顺序：拆分“合体字”时，一定要按照正确的书写笔画顺序进行。

例如，“糊”只能拆分成“米、古、月”，不能拆分成“古、米、月”。

② 取大优先：按书写顺序拆分汉字时，每次都拆取一个尽可能笔画多的字根。

例如,“享”字的错误拆分为“亠、口、子”,正确拆分为“亠、口”合成一个字根,称为“高头”。

③ 兼顾直观:在拆分汉字时,为了照顾汉字码元的完整性,有时不得不暂且牺牲一下书写顺序和取大优先的原则,形成个别例外的情况。

例如,“自”字按取大优先应拆分成“丿、一折、三”,但这样拆分不直观,因此,只能拆分成“丿、目”。

④ 能连不交:当一个字既可拆分成相连的几个部分,也可拆分成相交的几个部分时,一般认为相连的拆分是正确的。

例如,“于”字可以拆分成“一、十”(二者是相连的),不能拆分成“二、丨”(二者是相交的)。

⑤ 能散不连:一个汉字可视为几个基本字根的散的关系,就不要认为是连的关系。

例如,“对”字可拆分成“又、寸”,两个字根之间是散的关系。

(4) 单字编码规则

① 键名汉字的编码规则:它们的编码就是四个所在字母键的字母,如“王”字的编码为 GGGG。输入键名汉字时,只要连续按四次该字所在的字母键即可。

② 成字字根的编码规则:有些字根本身就是一个汉字,这样的字根称为成字字根。成字字根的编码是按下面公式进行的:

键名码+首笔码+次笔码+末笔码

当成字字根仅为两笔时,编码只有三码,公式为:

键名码+首笔码+末笔码

例如,“西”,字根所在的键为【S】,第一笔“横”的编码是 G,第二笔“竖”的编码是 H,末笔“横”的编码也是 G,所以这个字的五笔编码就是 SGHG。

③ 键外字的编码规则:五笔字型汉字编码主要是键外字的编码,编码可以分为两类,纯字根码和识别码。如果一个汉字的字根是四个或超过四个,就用前三后一总共四个字根码组成编码。不足四个字根的汉字需补一个字形结构识别码,以增加区分汉字的信息量。

- 字根码:凡含四个或超过四个字根的汉字,取其第一、二、三、末四个字根码组成键外字的输入编码,公式为:

第一字根编码+第二字根编码+第三字根编码+最末一个字根编码

例如,“型”字的编码为 GAJF。

- 交叉识别码:一个字的字根不足四个时,依次输入字根码后,最后需要补一个识别码。例如,“沐”和“汀”字,这两个字都是由两个字根组成的,且这两个字的字根码都是 IS,这时就要输入识别码来对这类汉字进行区分。

识别码是用该汉字最后一个笔画和字形结构信息来确定的,具体规则如表 1-2 所示。

表 1-2 末笔字形结构

结构类型 末笔位置	左右结构(第1位)	上下结构(第2位)	杂合结构(第3位)
末笔“横”,在一区	G	F	D
末笔“竖”,在二区	H	J	K
末笔“撇”,在三区	T	R	E
末笔“捺”,在四区	Y	U	I
末笔“折”,在五区	N	B	V

从表 1-2 可以看出,识别码的确定分两步,第一步根据最后一笔确定是在哪个区,第二步以该汉字的字形结构来确定在哪一位,然后即可得到具体识别码。

例如,“沐”最末笔是捺,在第四区,是左右结构,在第一位,即 Y,所以“沐”的五笔编码是 ISY。而“汀”字最末一笔是左竖钩,在五笔里为竖,在第二区,这个字是左右结构,所以在第一位,即 H,所以“汀”的五笔编码是 ISH。

④ 简码:为了提高输入速度,五笔字型还设计了简码输入,它将常用汉字只取其前边的一个、两个或三个字根构成,因为“识别码”总是在全码的最后位置,所以简码的设计不但减少了按键次数,而且省去了部分汉字“识别码”的判别和编码。

简码汉字分三级:

- 一级简码:一级简码只需按一个字母键,字母与汉字的对应关系如表 1-3 所示。

表 1-3 一级简码

一	地	在	要	T
G	F	D	S	A
上	是	中	国	同
H	J	K	L	M
和	的	有	人	我
T	R	E	W	Q
主	产	不	为	这
Y	U	I	O	P
民	了	发	以	经
N	B	V	C	X

- 二级简码:二级简码是指编码时取单字全码的前两个字根代码。例如,“基”字只要输入 AD。
- 三级简码:三级简码由一个汉字的前三个字根组成。例如,“其”字只要输入 ADW。

(5) 词组编码规则

① 二字词的编码:二字词的编码由所含的两个汉字各取前两个字根码组成,即每个汉字按书写顺序取前两个字根来进行编码。例如:

数量:米 女 日 一(OVJG)

② 三字词的编码:三字词的编码是由前两个汉字的第一个字根码和后一个汉字的前两个字根码构成。例如:

计算机:言 竹 木 儿(YTSM)

③ 四字词的编码:四字词的编码是由每个汉字的前一字根码组成,共四码。例如:

巧夺天工:工 大 一 工(ADGA)

④ 多字词的编码:多个词的编码按“一、二、三、末”的规则,即分别取第一、第二、第三及最末一个汉字的第一个字根码来构成的编码。例如:

中华人民共和国:口 亻 人 国(KWWL)

独立实训

新锐科技贸易公司文秘部为了提高文稿资料录入速度，需要从 Internet 上下载一个练习打字的软件，如金山打字通，将其下载并安装到公司计算机上，并利用打字软件来练习文稿录入速度和准确率。

课后练习

- 进行键盘操作时，手指如何正确摆放在键盘上？
- 八个基本键位和每个手指的分工是怎样的？
- 五笔字型的设计原理是什么？

实训2 计算机组装

实训描述

新锐科技贸易公司销售部最近接到一笔业务，某单位在公司购买了一批性能较好的计算机。技术部经理要求技术员小李把这批计算机组装好。

实训目的

- 认识计算机的各个部件。
- 了解计算机各个部件的作用。
- 熟练组装一台计算机。

实训任务

- 了解计算机安装的一般顺序。
- 掌握安装各个部件的技巧与方法。
- 学会启动与关闭计算机。

实训步骤

1. 计算机安装的一般顺序

步骤1 安装 CPU。

以英特尔酷睿 64 位双核 CPU 为例，如图 1-4 所示，它采用 LGA 775 接口，其他类型的 CPU 安装方法与其相似。可以看到，LGA 775 接口的英特尔 CPU 全部采用了触点式设计，与以前的设

计相比,最大的特点是不用再去担心针脚折断的问题。

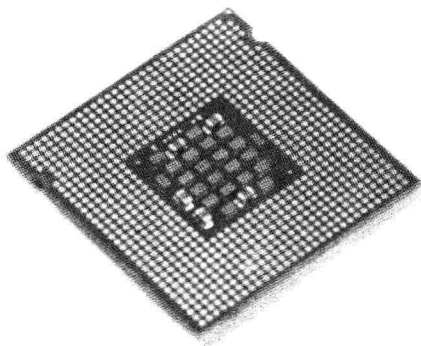


图 1-4 英特尔酷睿 64 位双核 CPU

找到主板上的 LGA 775 CPU 的插座。在安装 CPU 之前,要先向下微压固定 CPU 的压杆,同时用力向外推压杆,使其脱离固定卡扣。压杆脱离卡扣后,便可以顺利地将压杆拉起,如图 1-5 所示。

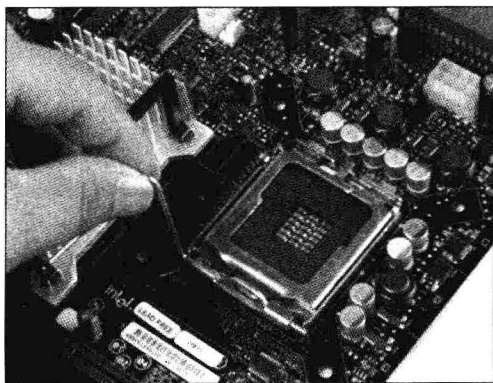


图 1-5 安装 CPU 之一

然后将固定处理器的盖子与压杆反方向提起,如图 1-6 所示。

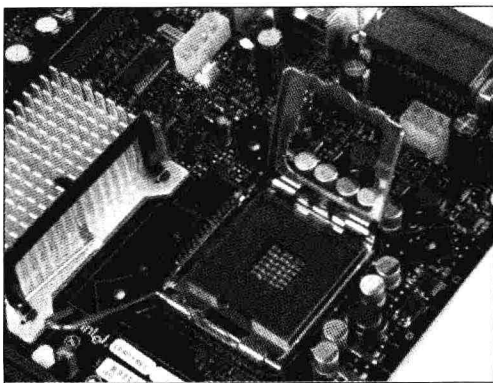


图 1-6 安装 CPU 之二

在 CPU 的一角上有一个三角形的标识，主板上的 CPU 插座上同样有一个三角形的标识。在安装时，CPU 印有三角形标识的那个角要与主板印有三角标识的那个角对齐，然后慢慢地将处理器轻压到位，如图 1-7 所示。

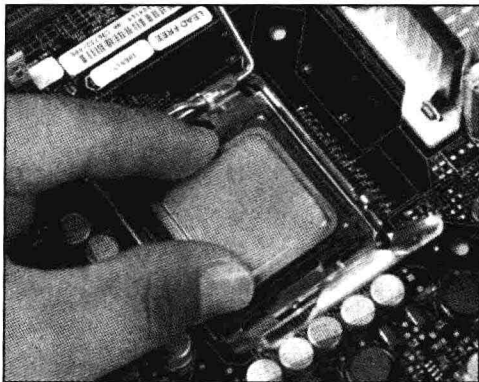


图 1-7 安装 CPU 之三

将 CPU 安放到位以后，盖好扣具，如图 1-8 所示。

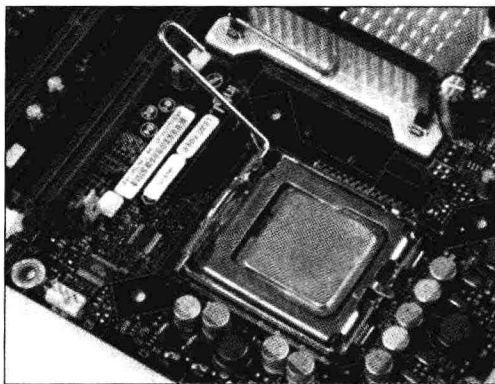


图 1-8 安装 CPU 之四

反方向微用力扣下处理器的压杆，如图 1-9 所示，至此 CPU 便被稳稳地安装到主板上。

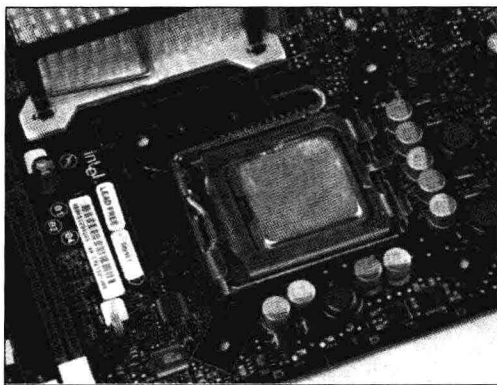


图 1-9 安装 CPU 之五

步骤2 安装 CPU 风扇。

由于 CPU 在工作时发热量很大,所以需要在 CPU 上安装一个风扇来散热。图 1-10 所示为 Intel LGA 775 接口 CPU 的原装散热风扇。

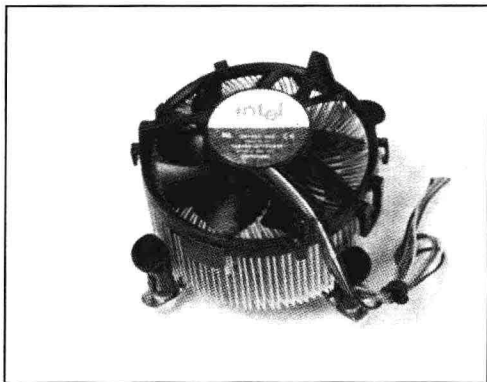


图 1-10 散热风扇

安装时,将散热风扇的四角对准 CPU 相应的位置,然后用力压下四角扣具即可,如图 1-11 所示。

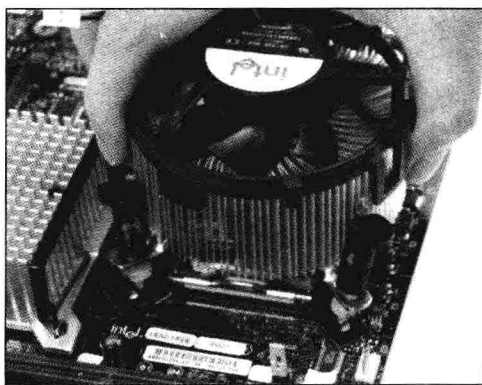


图 1-11 安装散热风扇

固定好散热风扇后,还要将散热风扇电源接到主板的供电接口上。找到主板上安装风扇的电源接口(主板上的标识字符为 CPU_FAN),将风扇插头插好即可,如图 1-12 所示。

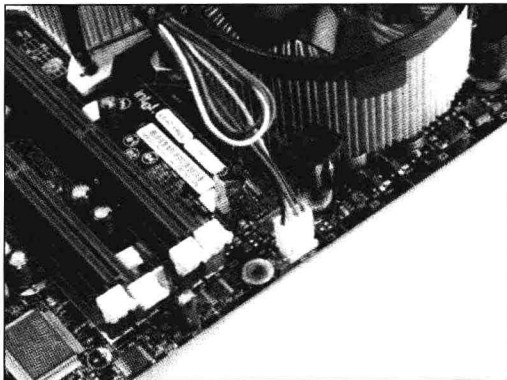


图 1-12 散热风扇供电接口

步骤3 安装内存。

主板上的内存插槽（见图 1-13）一般都采用两种不同的颜色来区分双通道与单通道。

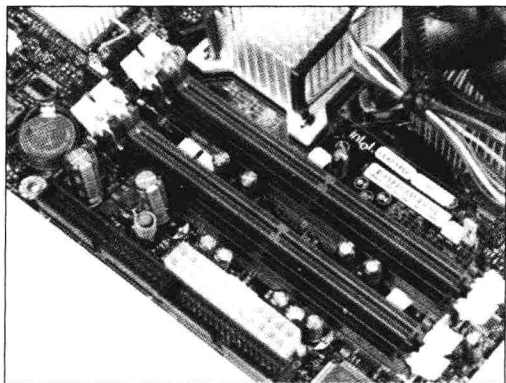


图 1-13 内存插槽

安装内存时，先用手将内存插槽两端的扣具打开，然后将内存平行放入内存插槽中（内存插槽使用了防呆式设计，反方向无法插入，在安装时需对应内存与插槽上的缺口），用两拇指按住内存两端微向下压，如图 1-14 所示，听到“啪”的一声响后，即说明内存安装到位。

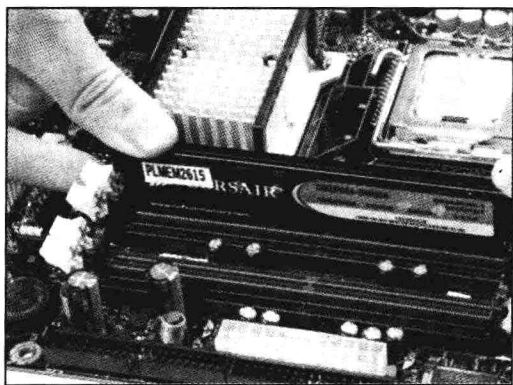


图 1-14 安装内存

在相同颜色的内存插槽中插入两条规格相同的内存，如图 1-15 所示，即打开双通道功能，可以提高系统性能。

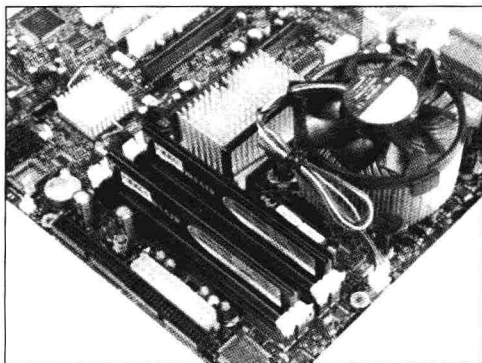


图 1-15 双通道内存

步骤4 安装主板。

在安装主板之前,先将机箱提供的主板垫脚螺母安放到机箱主板托架的对应位置,如图1-16所示。

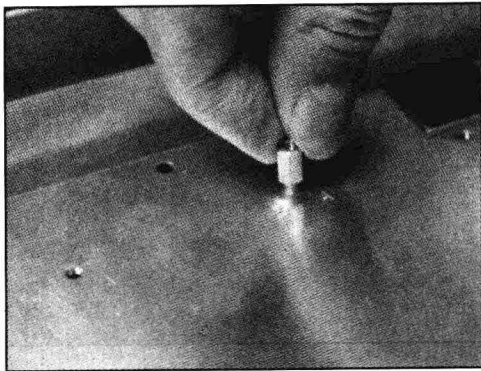


图 1-16 安装垫脚螺母

双手平行托住主板,将主板放入机箱中,如图1-17所示。

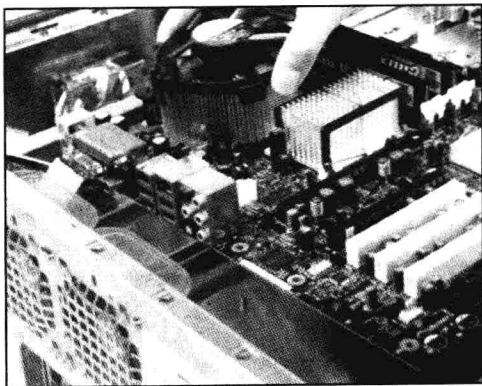


图 1-17 安装主板之一

确定主板是否安放到位,可以通过机箱背部的主板挡板来确定,如图1-18所示。

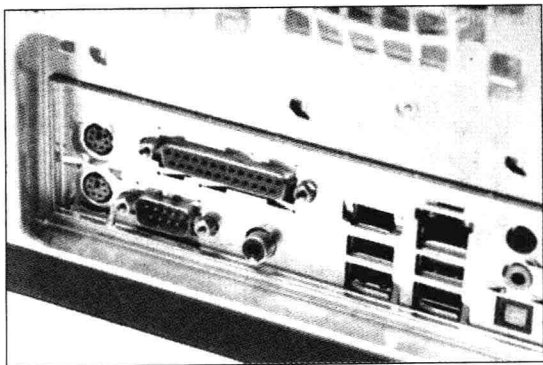


图 1-18 安装主板之二

拧紧螺丝,固定好主板,主板安装过程结束。