



“九五”国家重点电子出版物规划项目·希望计算机知识普及系列
新世纪急需人才计算机技术培训丛书(7)

掌握操作技能

希望金北方 总策划
计算机技术培训丛书编写委员会 编写

中文 Windows 2000, Office 2000, Internet 实用基础教程

- Windows 2000 中文版操作系统应用技能、系统配置
- Word 2000 中文版文档编辑、排版应用技能
- Excel 2000 中文版电子表格应用技能
- PowerPoint 2000 中文版文档演示、发布应用技能
- Internet 浏览、收发邮件
- 常用压缩、防病毒工具的使用



本光盘含本版电子书



北京希望电子出版社
Beijing Hope Electronic Press
www.bhp.com.cn



“九五”国家重点电子出版物规划项目·希望计算机知识普及系列
新世纪急需人才计算机技术培训丛书(7)

掌握操作技能

希望金北方 总策划
计算机技术培训丛书编写委员会 编写

中文 Windows 2000, Office 2000, Internet 实用基础教程



- Windows 2000 中文版操作系统应用技能、系统配置
- Word 2000 中文版文档编辑、排版应用技能
- Excel 2000 中文版电子表格应用技能
- PowerPoint 2000 中文版文档演示、发布应用技能
- Internet 浏览、收发邮件
- 常用压缩、防病毒工具的使用



本光盘含本版电子书



北京希望电子出版社

Beijing Hope Electronic Press

www.bhp.com.cn

内 容 简 介

本系列光盘配套书是专为计划在较短时间范围内能够学会并掌握电脑的某项专门知识和操作技能而开发的教科书。本书介绍了中文版 Windows 2000 和 Office 2000 强大功能以及网络的应用和操作。

本书分 5 个部分共 27 章。第一部分“Windows 2000 中文版”内容为 Windows 2000 中文版, Windows 2000 的基础知识, 我的电脑, 使用资源管理器管理文件, 更改 Windows 2000 设置, 设置打印机、字体、程序, 多媒体操作, Internet 应用, 系统维护。第二部分“中文版 Word 2000”内容为文档的基本操作, 文字编辑和格式化, 段落格式和文档版式, 使用样式和模板, 绘制和插入对象, 文档的高级编辑。第三部分“Excel 2000 中文版”内容为基本操作, 操作工作表, 工作表的格式化, 公式和函数使用, 应用图表, 打印工作表。第四部分“中文版 PowerPoint 2000”内容为 PowerPoint 2000 的基本操作, 编辑文本, 高级应用。第五部分“网上应用与常用工具”内容为使用 IE 浏览 Internet, 收发电子邮件, 常用压缩、防病毒工具的使用。本书图文并茂、讲解详细、通俗易懂, 同时还附以知识点和技能点, 并在每章的最后附有与本章内容相结合的上机练习与指导, 是广大从事 Office 2000 应用人员的必备参考书。

本盘书从结构设计、内容安排到实例的选取都是经过精心设计的, 语言流畅, 简洁明快, 易学易用, 不仅可作为大专院校相关专业师生自学、教学参考书和社会各类培训班用教材, 同时是准备学用和正在学用 Windows 2000 和 Office 2000、网上浏览的办公人员、家庭初学者的最佳自学参考和使用指导书。

本光盘含本版电子书。

系 列 盘 书 : 新世纪急需人才计算机技术培训丛书 (7)

盘 书 名 : 中文 Windows 2000, Office 2000, Internet 实用基础教程

总 策 划 : 希望金北方

文 本 著 者 : 计算机技术培训丛书编写委员会 编写

C D 制 作 者 : 希望多媒体开发中心

C D 测 试 者 : 希望多媒体测试部

责 任 编 辑 : 王玉玲 陈河南 等

出版、发行者 : 北京希望电子出版社

地 址 : 北京中关村大街 26 号, 100080

网址: www.bhp.com.cn E-mail: lwm@hope.com.cn

电话: 010-62562329, 62541992, 62637101, 62637102, 62633308, 62633309

(图书发行和技术支持)

010-62613322-215 (门市) 010-62531267 (编辑部)

经 销 : 各地新华书店、软件连锁店

排 版 : 希望图书输出中心

C D 生 产 者 : 北京中新联光盘有限责任公司

文 本 印 刷 者 : 北京东升印刷厂

开 本 / 规 格 : 787 毫米×1092 毫米 1/16 开本 20.5 印张 474 千字

版 次 / 印 次 : 2001 年 1 月第 1 版 2001 年 5 月第 4 次印刷

印 数 : 15000--25000 册

本 版 号 : ISBN 7-900056-14-9/TP·14

定 价 : 25.00 元 (1CD, 含配套书)

说明: 凡我社光盘配套图书若有自然破损、缺页、倒页、脱页, 本社负责调换。

计算机技术培训丛书编写委员会

名 单

主 编：周华民

副主编：刘晓融 王 伟 陆卫民 沈 鸿 陈 朝

委 员：徐建华 战晓雷 龙启铭 张永军 张更路

严 杰 陈河南 马红华 苏 静 王玉玲

邵谦谦 周凤明 甘登岱 于 平 郭淑珍

本书执笔人：王强 王大印 杨波 邵谦谦 等

出版说明

新世纪人类生活的基本技能恐怕必须增加计算机操作技能一项了。试想一下，在今天网络的国际世界，电子信息化的商贸、通信、金融、办公、交通、娱乐、饭店……，计算机操作已是基本交流手段。如果 20 世纪末，我们还没有搭上网络、信息、计算机这班车跟上时代的节奏，新世纪的今天已不能再给自己借口不去学习计算机操作了。相信你已经感觉到，个人生活的圈子已悄然被计算机化所包围。

为满足社会各界非计算机专业从业人员在较短的时间范围内学会并掌握计算机某项专门知识和操作技能，我们特别根据人才市场对人员计算机能力的要求，组织计算机教学和应用两方面的专家共同策划、编写了本丛书。本丛书的宗旨是帮助广大在职、外企和谋职人员以及社会各阶层人员学习、掌握操作计算机的能力，并能够通过国家某一种计算机技能考试，获得从实际应用和资格认证两个方面的学习效果。为此，在图书内容组织方面，十分强调上机操作和课本讲授结合，以任务驱动，明确学习目的。全套书图文并茂，以实例引导，适合自学、教学。对没有整天时间进行学习的在职人员，本丛书可作为自学教材，或各种计算机培训班培训用教材。对于在校学员，本丛书可作为计算机基础课程选用教材。本丛书教材内容和组织结构都是经实践证明，倍受培训教学欢迎的，并符合当前大学、中学非计算机专业计算机基础教学方向的内容。全套书基于目前应用广泛的 Windows 98/2000 平台，组织了 Windows 操作平台应用、Office 97/2000 和 Internet 网络应用以及办公自动化应用、网页制作、图形图像处理等内容，形成较完整的计算机基本操作技能课程体系。读者和教师可根据自己的机器配置和所需，选用合适的教材。

全套书由北京希望公司和金北方发行公司共同策划。藉本丛书出版之际，特别感谢王伟先生，由于他的建议和支持推动了本丛书的及时面市；还要感谢本丛书编委会和全体作者，是他们的贡献和全力配合使本丛书臻于完善。

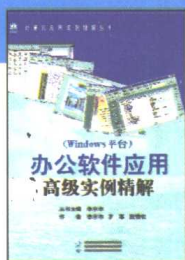
北京希望电子出版社

2000 年 9 月

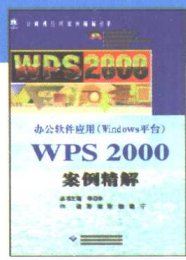
劳动与社会保障部全国计算机及信息高新技术指定考核教材



CX-82955
定价:35.00 元



CX-82780
定价:39.00 元



CX-83003
定价:46.00 元



CX-83065
定价:48.00 元



CX-24067
定价:30.00 元



CX-2406
定价:30.00 元



CX-2777
定价:35.00 元



CX-2341
定价:18.00 元



CX-2677
定价:18.00 元



CX-2706
定价:28.00 元



CX-3171
定价:33.00 元



CX-3000
定价:25.00 元



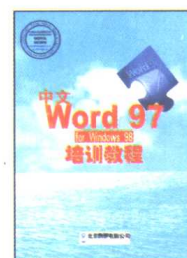
CX-2340
定价:20.00 元



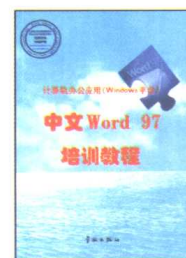
CX-2675
定价:20.00 元



CX-82877
定价:25.00 元



CX-2674
定价:23.00 元



CX-2339
定价:23.00 元



CX-82868
定价:28.00 元



CX-2676
定价:23.00 元



CX-82876
定价:35.00 元



CX-82965
定价:30.00 元



CX-2971
定价:38.00 元



CX-83172
定价:25.00 元



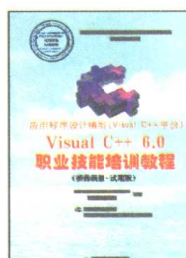
CX-3028
定价:38.00 元



CX-82680
定价:20.00 元



CX-3025
定价:30.00 元



CX-3064
定价:25.00 元



CX-3082
定价:25.00 元



CX-3170
定价:35.00 元



CX-3287
定价:25.00 元



北京希望电子出版社
Beijing Hope Electronic Press
www.bhpe.com.cn

地址: 北京中关村 083 信箱北京希望电子出版社 (邮编 100080)
电话: 010-62562329, 010-62633308, 传真: 010-62579874
网址: www.bhpe.com.cn, E-mail: qrh@hope.com.cn

劳动与社会保障部全国计算机及信息高新技术指定考核教材



CX-3023
定价:20.00 元



CX-82935
定价:28.00 元



CX-82857
定价:25.00 元



CX-3027
定价:29.00 元



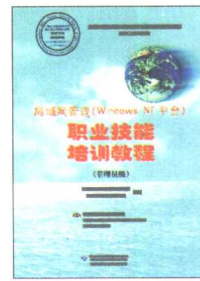
CX-2516
定价:50.00 元



CX-82416
定价:35.00 元



CX-3145
定价:25.00 元



CX-3001
定价:39.00 元



CX-3002
定价:39.00 元



CX-82721
定价:35.00 元



CX-3026
定价:35.00 元



CX-82394
定价:50.00 元



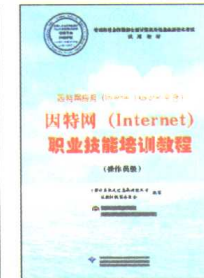
CX-3066
定价:28.00 元



CX-3158
定价:30.00 元



CX-3052
定价:19.00 元



CX-3076
定价:23.00 元



CX-2373
定价:10.00 元



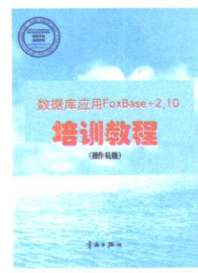
CX-2387
定价:15.00 元



CX-2258
定价:23.00 元



CX-2372
定价:25.00 元



CX-82498
定价:30.00 元



CX-2323
定价:25.00 元



CX-2389
定价:20.00 元



CX-2778
定价:22.00 元



CX-2371
定价:30.00 元



CX-82439
定价:35.00 元



CX-2112
定价:20.00 元



CX-2115
定价:20.00 元



CX-3196
定价:38.00 元



CX-3207
定价:26.00 元



北京希望电子出版社

Beijing Hope Electronic Press

www.bhpe.com.cn

地址: 北京中关村083信箱北京希望电子出版社(邮编 100080)

电话: 010-62562329, 010-62633308, 传真: 010-62579874

网址: www.bhpe.com.cn, E-mail: qrh@hope.com.cn



目 录

第一部分 Windows 2000 中文版

第一章 Windows 2000 中文版 3

- 1.1 安装 Windows 2000 Professional..... 3
- 1.2 启动 Windows 2000 Professional..... 10
- 1.3 重新启动和关闭计算机..... 13
- 1.4 使用 Windows 2000 Professional 的帮助... 15
- 1.5 上机练习与指导..... 17

第二章 Windows 2000 的基础知识 18

- 2.1 Windows 的窗口..... 18
- 2.2 启动程序..... 20
- 2.3 切换、退出程序..... 21
- 2.4 使用快捷菜单执行命令..... 23
- 2.5 在对话框中设置..... 23
- 2.6 上机练习与指导..... 24

第三章 我的电脑 25

- 3.1 打开“我的电脑”窗口..... 25
- 3.2 什么是驱动器..... 25
- 3.3 文件和文件夹..... 26
- 3.4 用我的电脑查看磁盘信息..... 26
- 3.5 排列图标显示方式和顺序..... 26
- 3.6 上机练习与指导..... 27

第四章 使用资源管理器管理文件 28

- 4.1 用资源管理器查看磁盘信息..... 28
- 4.2 改变资源管理器的显示方式..... 30
- 4.3 工具栏和状态栏..... 32
- 4.4 移动、复制文件或文件夹..... 34
- 4.5 新建和删除文件夹或文件..... 37
- 4.6 查找和重命名文件或文件夹..... 40
- 4.7 上机练习与指导..... 45

第五章 更改 Windows 2000 设置 46

- 5.1 设置桌面 46
- 5.2 输入法设置 52
- 5.3 使用中文输入法 53
- 5.4 安全性设置 55
- 5.5 其他设置 61
- 5.6 设置日期和时间 65
- 5.7 按地区设置 Windows 2000 67
- 5.8 上机练习与指导 71

第六章 设置打印机、字体、程序 72

- 6.1 添加、配置和删除打印机 72
- 6.2 管理和使用打印机 77
- 6.3 安装和使用字体 78
- 6.4 上机练习与指导 80

第七章 多媒体操作 81

- 7.1 CD 播放器 81
- 7.2 使用媒体播放机 82
- 7.3 使用录音机 83
- 7.4 使用音量控制 83
- 7.5 声音和多媒体 84
- 7.6 上机练习与指导 85

第八章 系统维护 86

- 8.1 备份数据 86
- 8.2 磁盘工具 88
- 8.3 使用 Windows 维护向导 94
- 8.4 监视系统运行情况 96
- 8.5 上机练习与指导 96

第二部分 中文版 Word 2000

第一章 文档的基本操作 101

- 1.1 启动 Word 2000..... 101
- 1.2 Word 2000 窗口组成..... 102
- 1.3 选择视图方式 106



1.4 新建文档页面.....	108
1.5 保存文件.....	109
1.6 关闭文档.....	110
1.7 打开文档.....	111
1.8 文件切换.....	112
1.9 关闭退出 Word 2000 程序.....	112
1.10 上机练习与指导.....	112
第二章 文字编辑和格式化.....	113
2.1 文字的编辑修改.....	113
2.2 文字的格式设置.....	119
2.3 拼写和语法检查.....	127
2.4 查找及替换.....	128
2.5 上机练习与指导.....	131
第三章 段落格式和文档版式.....	132
3.1 段落格式的设置.....	132
3.2 为文档设置页眉和页脚.....	141
3.3 插入和编辑页码.....	143
3.4 文档分页、分节和分栏.....	146
3.5 页面设置.....	149
3.6 上机练习与指导.....	152
第四章 使用样式和模板.....	153
4.1 样式的操作.....	153
4.2 模板.....	159
4.3 上机练习与指导.....	162
第五章 绘制和插入对象.....	163
5.1 插入文字和图形对象.....	163
5.2 插入表格.....	170
5.3 在表格中输入.....	172
5.4 编辑表格.....	173
5.5 表格的格式化.....	177
5.6 上机练习与指导.....	183
第六章 文档的高级编辑.....	185
6.1 编制目录.....	185
6.2 打印文档.....	186
6.3 上机练习与指导.....	188

第三部分 Excel 2000 中文版

第一章 基本操作	191
1.1 启动和退出 Excel	191
1.2 上机练习与指导	199
第二章 创建和编辑工作表	200
2.1 输入工作表数据	200
2.2 编辑工作表	204
2.3 编辑单元格、行和列	207
2.4 上机练习与指导	211
第三章 工作表的格式化	212
3.1 行列的调节	212
3.2 为表格数据添加边框	213
3.3 格式化表格文字	215
3.4 创建表格模板	223
3.5 上机练习与指导	224
第四章 公式和函数的使用	225
4.1 公式	225
4.2 函数	229
4.3 上机练习与指导	232
第五章 应用图表	233
5.1 常用图表类型	233
5.2 创建图表	233
5.3 编辑图表	237
5.4 上机练习与指导	241
第六章 打印工作表	242
6.1 页面设置	242
6.2 调整分页	245
6.3 添加页眉页脚	245
6.4 打印预览	247
6.5 打印工作簿	247
6.6 上机练习与指导	248
第四部分 中文版 Power Point 2000	
第一章 PowerPoint 2000 的基本操作 ..	251
1.1 PowerPoint 2000 的启动.....	251

1.2 创建新的演示文稿.....	252
1.3 打开演示文稿.....	258
1.4 PowerPoint 2000 窗口操作.....	259
1.5 向幻灯片中输入文本.....	261
1.6 保存演示文稿.....	263
1.7 关闭演示文稿.....	264
1.8 退出 PowerPoint 2000.....	265
1.9 上机练习与指导.....	265
第二章 编辑文本.....	266
2.1 文本移动.....	266
2.2 复制文本.....	266
2.3 使用 Office 剪贴板.....	267
2.4 重复、撤消和重做.....	267
2.5 设置文本格式.....	268
2.6 上机练习与指导.....	272
第三章 高级应用.....	273
3.1 设置幻灯片背景.....	273
3.2 使用配色方案.....	276

3.3 建立带剪贴画的幻灯片.....	277
3.4 在幻灯片中插入剪贴画.....	279
3.5 创建纯表格幻灯片.....	280
3.6 插入多媒体对象.....	281
3.7 人工设置放映时间.....	283
3.8 使用排练计时.....	283
3.9 上机练习与指导.....	284

第五部分 网络应用与常用工具

第一章 Internet 应用.....	287
1.1 浏览 Internet.....	287
1.2 收发电子邮件.....	295
1.3 上机练习与指导.....	312
第二章 常用工具.....	313
2.1 常用的压缩工具.....	313
2.2 常用的杀毒软件.....	318
2.3 上机练习与指导.....	319

第一部分
Windows 2000 中文版

第一章 Windows 2000 中文版

本章要点:

- 安装 Windows 2000 Professional
- 卸载 Windows 2000 Professional
- 启动 Windows 2000 Professional
- Windows 2000 Professional 的桌面
- 重新启动和关闭 Windows 2000 Professional

1.1 安装 Windows 2000 Professional

安装 Windows 2000 Professional 是使用该操作系统进行工作的必要前提。下面将详细的介绍怎样才能正确地将 Windows 2000 Professional 操作系统安装到自己的计算机中、安装前需要作什么准备、安装过程中需要注意哪些事项。

1.1.1 系统配置要求

要安装和运行 Windows 2000 Professional 操作系统的需求如表 1-1 所示。

表 1-1 系统配置要求	
软硬件需求	基本配置
CPU	Pentium x86 166MHz 或更高
操作系统	Windows 95/98 或已格式化过的硬盘
自由硬盘空间	2G 硬盘, 至少剩余 650MB
显示器	VGA 或更高分辨率的显示器
内存	至少 32MB, 推荐 64MB, 最高 4GB
其他	键盘、鼠标、光驱

1.1.2 开始安装

在 Windows 95/98/NT 的系统上升级安装 Windows 2000 Professional 的步骤如下:



图 1-1 Windows 2000 自动执行界面

1. 将手中的 Windows 2000 Professional 安装盘放入光驱中, 此时 Setup 程序将自动运行 (或者运行光盘中的 Setup.exe 文件), 如图 1-1 所示。
2. 选择“安装 Windows 2000”选项, 然后根据屏幕中显示的提示一步一步地进行安装即可。

在格式化的硬盘上安装 Windows 2000 Professional 的步骤如下:

1. 创建一张 Windows 95/98 的启动盘。
 - 将软盘插入软驱中。
 - 单击“开始”菜单按钮, 然后选择“设置”下的“控制面板”选项。
 - 在“控制面板”窗口中双击“添加\删除程序”图标。
 - 在“添加\删除程序属性”对话框中, 单击“启动盘”标签。
 - 在“添加\删除程序属性\启动盘”对话框, 单击“创建启动盘”按钮, 这样就创建了一张 Windows 95/98 的启动盘。
2. 将创建好的 Windows 95/98 的启动盘插入软驱, 然后重新启动计算机, 计算机启动后将进入 DOS 环境中, 并显示 C:\>提示符。
3. 按下面步骤进行分区:
 - 在 C:\>提示符下键入“A:”切换到软驱, 然后键入 FDISK, 按回车键, 此时提示: 是否支持大硬盘。
 - 按“Y”键使 FDISK 程序支持大硬盘。
 - 在 FDISK 屏幕中选择“1”, 然后按回车键。
 - 按“Y”键将整个硬盘分一个区, 稍等片刻后再按“Y”即可。
4. 按 ESC 键退出 FDISK, 此时计算机将重新启动。
5. 计算机重新启动完毕后, 键入 FORMAT C:/S, 然后按回车键, 将硬盘的“C”区格式化。
6. 格式化完毕后, 将 Windows 95/98 的启动盘从软驱中取出。
7. 按下重新启动计算机组合键 Ctrl+Alt+Del, 重新启动计算机。
8. 使用软驱在 DOS 环境下安装光驱的驱动程序, 这样可以使光驱可用。
9. 再次重新启动计算机。
10. 将 Windows 2000 Professional 安装盘放入光驱。
11. 在 DOS 的提示符下键入光驱的区符字母, 如光驱为 E 盘, 则键入 E:, 然后按下回车键。键入 CD I386, 再按回车键。
12. 在运行上一步的提示符下运行 WIN 2000。

以后步骤按照屏幕上所显示的提示信息进行操作即可。

1.1.3 Windows 2000 Professional 安装向导特征

1. Windows 2000 Professional 的安装是以 GUI 为基础进行的, 这样不但可以提供更好的视觉反馈线索, 简化了与用户的交流, 而且在安装过程中进行漫游有更大的灵活性。
2. Windows 2000 使用两种方法检测硬件设备: 首先使用即插即用检测来检测即插即用设备和外设, 然后对即插即用检测不到的旧设备和外设使用手工查询和检

测。

3. 用户可以更好地控制安装过程中的 Windows 2000 组件和不同的部分。由于 Windows 2000 的模块化体系结构，用户将能够选择 Windows 2000 的安装选项，以得到想要的功能。
4. Windows 2000 提供了一种恢复机制。在系统第一次安装失败后，接着重新安装将从上一处出错的位置开始。
5. 内置的系统文件验证可以使 Windows 2000 在安装过程中，创建并维护已安装的组件记录文件。这一功能不但可以作为安装的智能恢复支持，而且可以用来验证已安装组件的完整性。
6. Windows 2000 可以安装在网络上，用来升级 Windows 95/98 用户的系统。
7. 系统管理员可以使用 Windows 2000 所提供的 NetSetup 工具建立一个批处理脚本，来指定安装所需要的所有选项，从而支持 Windows 2000 无人安装。
8. Windows 2000 不但保留 Windows 95/98 的配置信息，并将 Windows 95/98 的用户界面相关的特征或功能映射到 Windows 2000 的界面上。
9. 能够在 Windows 95/98 的基础上进行迅速的升级安装；在 Windows 2000 的即插即用设备配置完成以后，将进行旧式的硬件检测，这样大大地提高了检测的质量和速度。
10. 提高了系统的安全性；安装完毕后提示用户输入用户名及口令，只有系统管理员才能对系统资源进行更改管理。

1.1.4 添加新硬件

安装 Windows 2000 Professional 完毕后，欲添加新的或 Windows 没有识别并自动安装的硬件，这时就需要手动来添加新硬件。对于一些硬件之间存在的冲突问题，就需要禁用此设备，否则将影响正常使用系统资源。

使用“扫描硬件变化”来添加声卡的操作步骤如下：

1. 选择“开始”菜单下“设置”中的“控制面板”选项，然后双击“系统”图标，在显示的“系统特性”对话框中选择“硬件”标签，如图 1-2 所示。

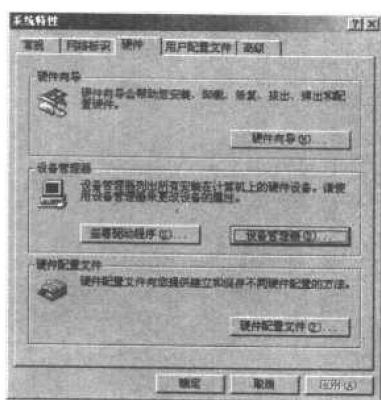


图 1-2 “系统特性”对话框

2. 单击“设备管理器”按钮，显示如图 1-3 所示的设备管理器，单击“声音、视频和游戏控制器”前面的加号，可以看到设备列表中没有声卡一项。



图 1-3 “设备管理器”对话框

3. 单击“扫描硬件变化”按钮，或选择“操作”菜单下的“扫描硬件变化”选项，此时系统开始进行扫描识别的硬件，扫描完毕后自动添加到设备管理器中。

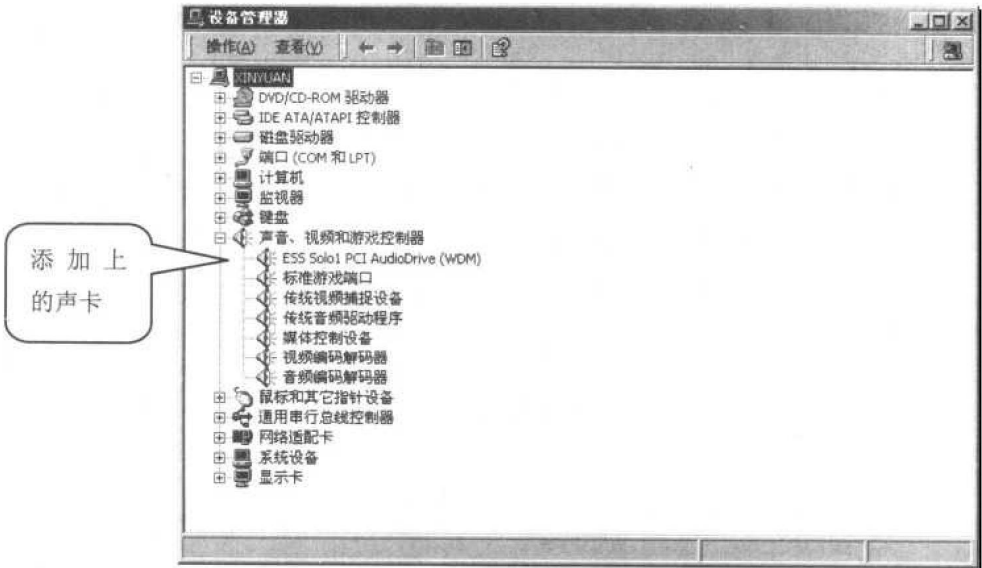


图 1-4 声卡驱动程序已经安装上了

使用“添加/删除硬件”添加硬件的步骤如下：

1. 选择“开始”菜单下“设置”选项中的“控制面板”选项，然后双击“添加/删除硬件”图标将显示如图 1-5 所示的“添加/删除硬件”对话框。
2. 单击“下一步”按钮显示如图 1-6 所示“选择硬件任务”对话框。

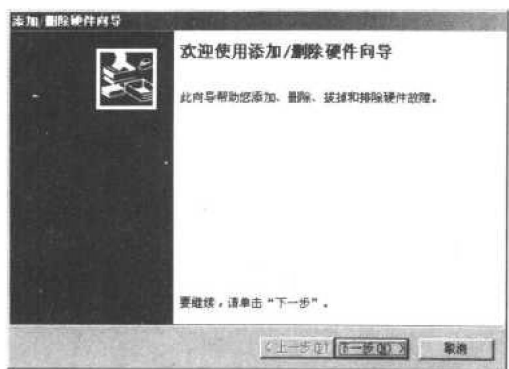


图 1-5 欢迎对话框

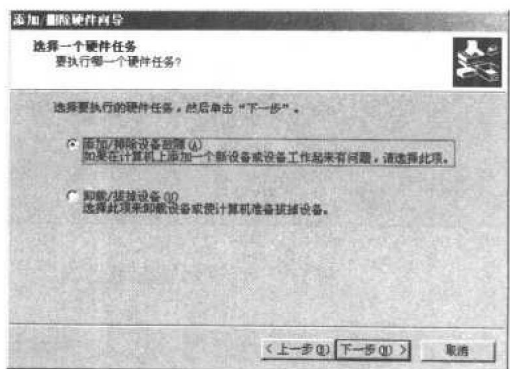


图 1-6 选择硬件任务对话框

3. 选择“添加/排除设备故障”单选项，然后单击“下一步”按钮，此时系统将进行检测，检测完毕后显示如图 1-7 所示对话框。
4. 单击“下一步”按钮，然后在显示的“完成”对话框中单击“完成”按钮即可。
5. 假如系统没有找到新的硬件，将显示如图 1-8 所示的对话框。
6. 在“设备”列表中选择“添加新硬件”选项，然后单击“下一步”按钮，显示如图 1-9 所示的对话框。

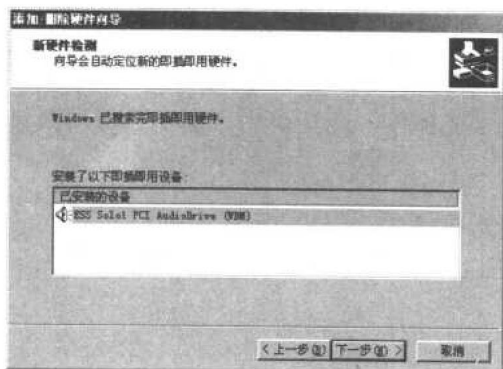


图 1-7 新硬件检测对话框

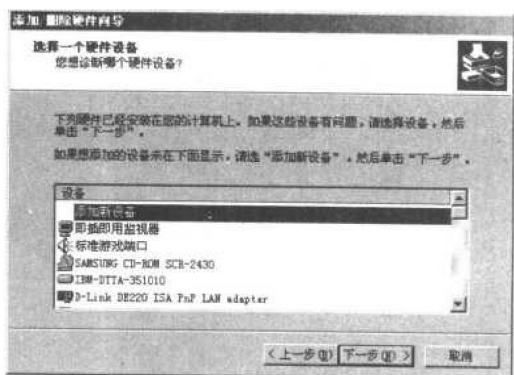


图 1-8 选择硬件设备对话框

7. 选择“否，我想从列表选择硬件”单选项，然后单击“下一步”按钮，显示如图 1-10 所示的对话框。
8. 在“硬件类型”列表中选择需要安装的硬件类型，然后单击“下一步”按钮，显示如图 1-11 所示的对话框。