

第一部分 | 上机实践训练





实验一 Windows 2000 基本操作



一、实验目的

- (1) 了解比较常见的计算机硬件组件。
- (2) 掌握 Windows 2000 的启动和关闭。
- (3) 熟悉 Windows 2000 的“桌面”。
- (4) 掌握鼠标的操作方法。
- (5) 掌握窗口的组成及其常用操作。
- (6) 掌握快捷图标概念和创建快捷方式的方法。
- (7) 熟悉使用“我的电脑”和“资源管理器”浏览文件。
- (8) 掌握 Windows 2000 的程序管理。
- (9) 了解 Windows 2000 的帮助系统。

二、实验要点

1. 了解比较常见的计算机硬件组件

在老师的指导下，认识如下常见计算机硬件：



显示器



主机



键盘



鼠标



主板



显卡



Cpu



硬盘



内存



移动 u 盘



数码摄像头

2. Windows 2000 的启动和关闭

(1) Windows 2000 的启动

打开计算机的电源就直接进入 Windows 2000 的系统。不必使用特殊的启动命令，但会



出现登录提示, 用户必须输入用户名和密码, Windows 2000 启动成功后, 屏幕显示 Windows 2000 的桌面, 如图 1-1 所示。



图 1-1 Windows 2000 的桌面

(2) Windows 2000 的退出

当结束在 Windows 上的工作时, 可使用“开始”菜单上的“关机”命令。此命令会关闭窗口和程序并准备关闭计算机。如果还没有保存工作, 则会提示先进行保存。在没有看到可以安全关闭计算机的信息之前, 请不要关闭计算机, 否则会有丢失信息的危险。具体步骤如下:

- ① 单击“开始”→“关机”。
- ② 单击“希望计算机做什么”下拉列表箭头, 选择“关机”, 然后单击“确定”, 如图 1-2 所示。



图 1-2 关闭 Windows 对话框



3. Windows 2000 的“桌面”组成

桌面是用户的工作台面。桌面的左侧是一些图标,如图 1-1 所示,其中缺省的图标有“我的电脑”、“我的文档”、“网上邻居”、“回收站”、“Internet Explorer”。桌面的底部有一条任务栏,任务栏的左侧有“开始”按钮、“快速启动栏”、“应用程序栏”、“项目指示器栏”。

(1) 图标

图标由一幅图片和一组文字组成,它们可根据需要被放在桌面上,每一个图标代表 Windows 2000 的一个应用程序、文件夹、文档或一个其他任务。图标的产生分为三种:

① 系统图标:安装 Windows 2000 系统时自动产生的。有“我的电脑”、“我的文档”、“网上邻居”、“回收站”、“Internet Explorer”,其中,“我的电脑”、“网上邻居”、“回收站”图标都不能删除,“回收站”图标还不能改名。

② 应用程序图标:用户安装应用程序时产生的图标。如 Microsoft Office Word 2003 等。

③ 快捷图标:用户为了提高工作效率而创建的。如 Windows Media Player 等。

(2) 任务栏

任务栏位于屏幕的底部,用户可以将任务栏拖动到屏幕四周的任一边上,还可以将任务栏变宽或变窄。通过更改任务栏属性,可以将它自动隐藏,或者可以选择始终将它显示在其他窗口的上面,如图 1-3 所示。



图 1-3 Windows 2000 任务栏

① “开始”按钮:是 windows 系统的开始入口,是执行程序最常用的方式。单击“开始”按钮,会出现“开始”菜单,菜单上显示了一系列命令和快捷方式(指向文件的指针)列表,几乎可以用来执行所有的任务,如用来启动程序、打开文档、自定义系统、获得帮助、搜索计算机上的项目等。“开始”菜单上的一些项目带有向右箭头,表明还有下一级菜单,当把指针放在带箭头的项目上时,即会出现下一级菜单。如图 1-4 所示。

② 快速启动栏:可以快速打开程序和文件。默认情况下,工具栏上会出现几个快捷方式,但也可以通过将图标拖动到此工具栏,添加其他快捷方式。单击“快速启动”工具栏上的相应按钮,可打开一个“Internet Explorer”窗口或者通过打开“Outlook Express”阅读和收发邮件,使用工具栏上的“显示桌面”按钮,可以方便地在打开的窗口和桌面之间切换。

③ 应用程序栏:当启动一个应用程序或打开一个窗口后,会在该栏产生一个最小化按钮,通过单击任务栏上的最小化按钮,可以在不同窗口或程序间切换。

④ 项目指示栏:主要有输入法指示器、日期时间指示器和音量控制器等,在 Windows 2000 的运行过程中,还将会出现一些小的指示按钮,来表示任务的不同状态,如打印机按钮等。

4. 鼠标的操作方法

鼠标是 Windows 操作中最常用的输入设备。鼠标指针通常为一个箭头,但它会随不同的位置和不同的操作而改变。其动作一般有如下几种:

单击:指向对象后快速点击鼠标的左按钮一次。

双击：指向对象后快速点击鼠标的左按钮两次。

右击：指向对象后快速点击鼠标的右按钮一次，会打开一个快捷菜单。

拖动：按下鼠标的左按钮或右按钮不放，移动鼠标到一个位置，再释放鼠标按钮。

滚动：上下拨动鼠标中间滚轮，用来滚动显示窗口。



图 1-4 “开始”按钮菜单

5. 窗口的组成及其常用操作

(1) Windows 2000 的窗口组成

Windows 的窗口是 Windows 应用程序和管理程序的工作区域。Windows 2000 的每个程序都会有一个或多个窗口用来显示信息，但窗口的组成元素主要有标题栏、菜单栏、工具栏、系统菜单和系统按钮、工作区、滚动条等。图 1-5 是一个窗口，从中可以看出窗口的框架。

(2) 窗口操作

① 移动窗口：当需要调整窗口的位置时，对不是最大化的窗口可拖曳其标题栏来移动窗口。

② 改变大小：光标对准水平、竖直窗口边框或窗口对角时，会变形为双向箭头形状，这时，按箭头方向拖曳，窗口边框会跟随移动，使窗口的大小改变。

③ 滚动浏览窗口内容：拖曳滚动条中的滑块或单击该滚动条中的箭头，可以使窗口中的内容滚动；单击滚动条中滑块与箭头之间的部位，可使窗口中的内容滚动一页。

(3) 切换窗口

在 Windows 中，屏幕上按照需要可能同时出现多个窗口，但始终只有一个是可操作的，称之为当前活动窗口，活动窗口的特征是标题栏的颜色与众不同，如果窗口相互重叠，那么活动窗口会出现在最前面。切换窗口就是将非活动窗口切换为活动窗口。方法如下：

① 单击一个窗口的任何部位，就使这个窗口成为活动窗口。

② 单击任务栏上某个窗口对应的按钮，也使该窗口成为活动窗口。

③ 按 Alt+Tab 或 Alt+Esc 键。



(4) 排列窗口

窗口排列有层叠、横向平铺和纵向平铺三种。右击任务栏的空白处，弹出快捷菜单，从中选择想要的方式即可。

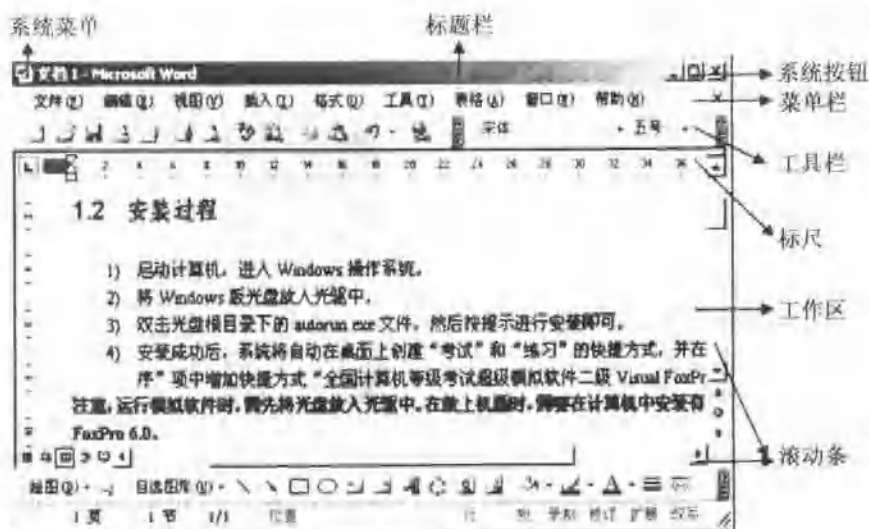


图 1-5 Windows 的典型窗口

6. 快捷图标的概念和创建快捷方式

快捷方式提供了一种简便的工作捷径。一个快捷方式是一种特殊类型的文件，它与用户界面中的某个对象相连。它的表现形态为一个左下角带有弧形箭头的图标。

(1) 在“开始”菜单或子菜单上添加“快捷方式”

① 单击“开始”→“设置”→“任务栏和开始菜单”命令，选择“高级”选项卡，弹出如图 1-6 所示的对话框。

② 单击“添加”按钮，打开“创建快捷方式”对话框。如图 1-7 所示。



图 1-6 任务栏和开始菜单对话框



图 1-7 “创建快捷方式”对话框

③ 在文本框中输入对象的位置和名称，或通过“浏览”按钮选定对象。

④ 在图 1-8 所示的“浏览文件夹”对话框中，确定快捷方式的位置，单击“确定”按钮，弹出如图 1-9 所示的对话框；单击“下一步”按钮；再单击“完成”即可。



图 1-8 “浏览文件夹”对话框



图 1-9 “创建快捷方式”对话框

(2) 在桌面上放置快捷方式

① 打开 Windows 资源管理器。

② 右键单击要创建快捷方式的项目，例如文件、程序。

③ 在快捷菜单上，单击“发送到”→“桌面快捷方式”。如图 1-10 所示。



图 1-10 桌面创建快捷方式



7. 使用“资源管理器”和“我的电脑”浏览文件

“资源管理器”和“我的电脑”用于查看系统所有的文件和资源，完成对文件的多种操作，能方便地查看所有的信息。“资源管理器”窗口和“我的电脑”窗口之间可以相互转换。

(1) “资源管理器”的启动

单击“开始”→“程序”→“附件”→“Windows 资源管理器”命令，弹出如图 1-11 所示的窗口。“资源管理器”窗口的左边部分，显示系统文件夹的树形结构，称为窗格；右边部分显示被选中的文件夹的内容，称为内容窗格。单击“标准按钮”工具栏中的“文件夹”按钮，可转换为“我的电脑”窗口。

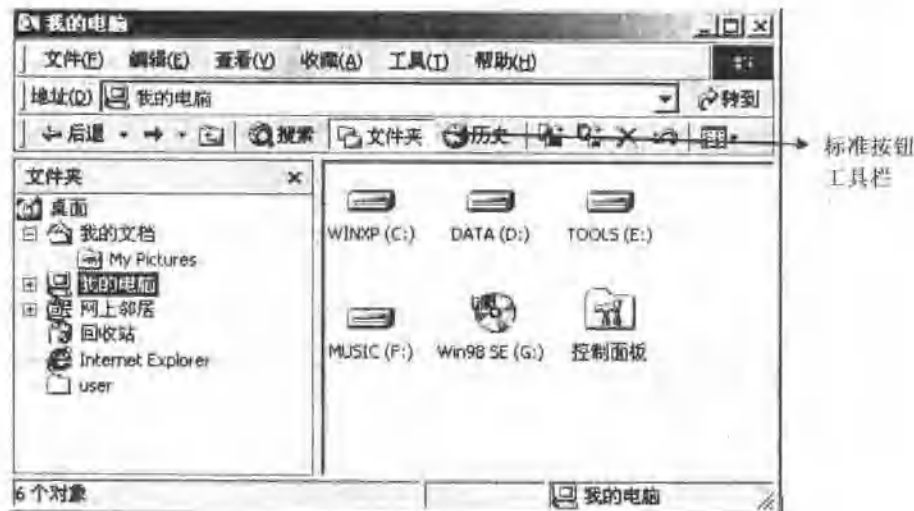


图 1-11 “资源管理器”窗口

(2) “我的电脑”窗口的启动

在系统桌面上双击“我的电脑”图标，弹出如图 1-12 所示的“我的电脑”窗口。单击“标准按钮”工具栏中的“文件夹”按钮，可转换为“资源管理器”窗口。

8. Windows 2000 的程序管理

Windows 2000 是一个系统软件，它为各种应用软件提供运行的平台。要完成各项工作，在运行 Windows 2000 的基础上，再运行相应的应用程序。

(1) 运行应用程序

在 Windows 2000 中运行应用程序的方法有多种：

① 有些应用程序在 Windows 2000 的系统桌面上有对应的图标。只要双击这个图标，即可启动应用程序。

② 单击“开始”→“程序”，选中单击适当的应用程序名。

③ 单击“开始”→“运行”命令，弹出如图 1-13 所示的对话框。在文本框内输入要运行的应用程序文件名，再单击“确定”按钮，就开始运行。用户也可以单击“浏览”按钮，在“查找范围”下拉列表中选取。

④ 在“Windows 资源管理器”或“我的电脑”中找到并双击要运行的程序文件图标。

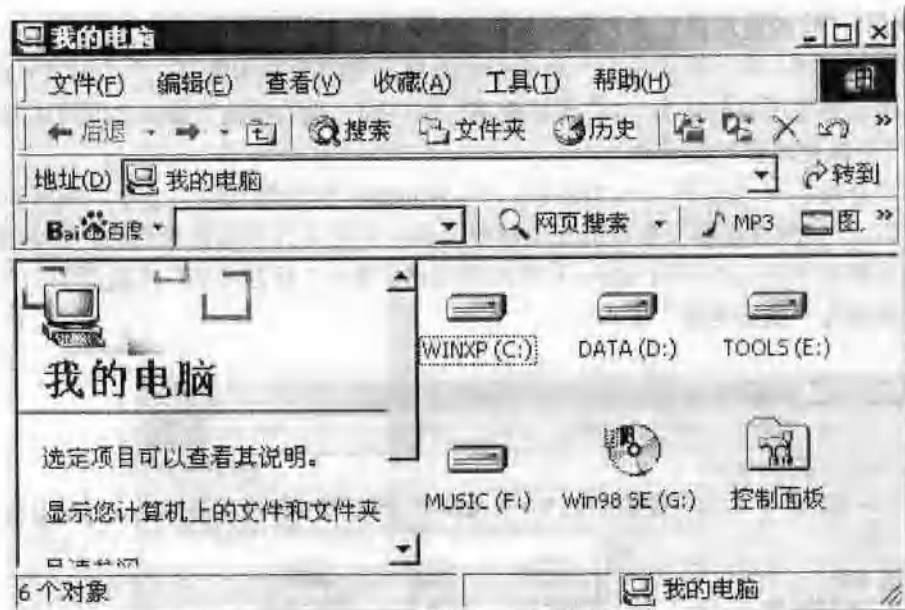


图 1-12 “我的电脑”窗口

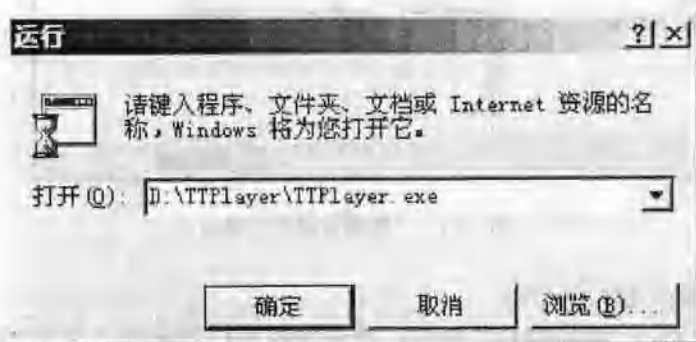


图 1-13 运行对话框

(2) 切换应用程序

用户如果同时打开多个程序窗口，有的应用程序窗口就会被覆盖成为非活动窗口，如果要转换为活动窗口，方法如下：

- ① 单击任务栏上某个程序的按钮，对应的窗口就成为活动窗口。
- ② 按 Alt+Tab 键，可以切换不同的窗口。

(3) 退出应用程序。

退出应用程序的方法如下：

- ① 单击“文件”→“退出”命令。
- ② 单击标题栏最右边的“关闭”按钮。
- ③ 用快捷键 Alt+F4。
- ④ 从任务管理器中结束应用程序。同时按下“Ctrl+Alt+Delete”三键，弹出如图 1-14 所示的窗口，选中所要结束的应用程序，点击“结束任务”按钮即可。



图 1-14 Windows 2000 任务管理器窗口

9. Windows 2000 的帮助系统

Windows 2000 提供了方便的“在线帮助”信息，学会使用寻求帮助信息的方法，是快速掌握 Windows 2000 的有效途径，当你在 Windows 2000 使用中碰到困难时，可随时请求帮助。使用在线帮助的具体操作方法为：

(1) 单击“开始”→“帮助”命令，弹出如图 1-15 所示的窗口。



图 1-15 Windows 2000 帮助窗口

- (2) 在对话框中选择“目录”选项卡，双击选择某一主题，观察右窗口主题的内容。
- (3) 可通过对话框的“索引”和“搜索”选项卡来输入和搜索主题，以显示其相关内容。

三、实训内容

- (1) 练习启动计算机，进入 Windows 操作系统，正常关闭计算机。
- (2) 观察 Windows 桌面，看它由哪几部分组成。
- (3) 鼠标的操作练习：
 - ① 用鼠标的多种操作方法打开“我的电脑”窗口。
 - ② 将“我的文档”图标移到桌面的右下方。
 - ③ 用鼠标改变“我的电脑”窗口大小和不同位置。
- (4) 用鼠标分别双击打开“我的文档”窗口、“我的电脑”窗口和“回收站”窗口，利用窗口的排列，将三个窗口排成如图 1-16 和图 1-17 所示的两种形态，并且“我的电脑”窗口为活动窗口。
- (5) 在桌面建立 C 盘的快捷方式和画图工具的快捷方式。
- (6) 在快速启动栏添加画图工具图标。
- (7) 利用“资源管理器”和“我的电脑”浏览 C 盘的内容。
- (8) 打开 Word 2003 应用程序窗口，观察其界面组成，并正常关闭。
- (9) 利用 Windows 2000 帮助系统查看“Windows 2000 快捷键”主题。



图 1-16 层叠窗口

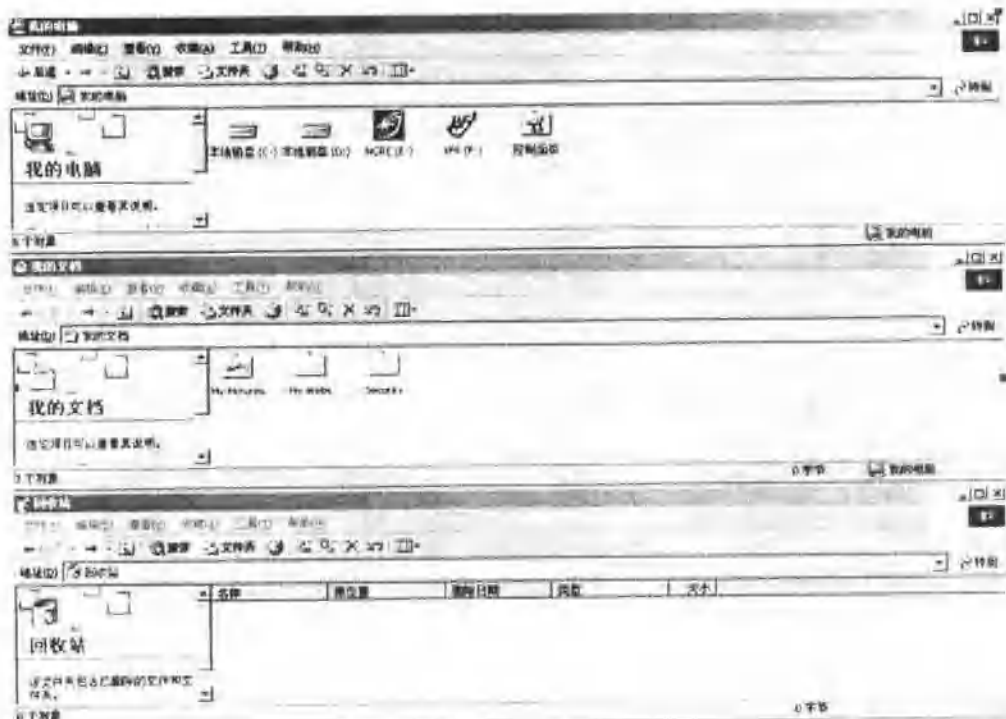


图 1-17 横向平铺窗口

四、操作步骤

(1) 启动计算机：观察显示器和主机的电源开关按钮的位置，先按下显示器的电源开关，再按下主机的电源开关，听到“滴”一声响，计算机开始进行自检过程，用户等待系统桌面出现。

正常关闭计算机：

① 单击“开始”→“关机”。

② 单击“希望计算机做什么”下拉列表箭头，选择“关机”，然后单击“确定”，如图 1-2 所示。或者同时按下键盘上的“Ctrl+Alt+Delete”三键，在弹出的窗口中单击“关机”按钮。

(2) Windows 桌面主要由系统图标、快捷图标、任务栏几部分组成。具体情况如图 1-18 所示。

(3) 鼠标的操作练习：

① 打开“我的电脑”窗口可以用鼠标左键的“单击”、“双击”和右键“单击”。

② 用鼠标左键按住“我的文档”图标，拖曳到桌面的右下方放开鼠标左键即可。

③ 把鼠标指针放在“我的电脑”窗口边缘，当指针变为↔、↕等形状时按下鼠标左键进行拖曳，即可改变“我的电脑”窗口大小；在“我的电脑”窗口的标题栏上按下鼠标左键进行拖曳，即可改变为不同的位置。



图 1-18 Windows 2000 桌面的组成

(4) 在任务栏上单击鼠标右键，弹出快捷菜单，如图 1-19 所示，选择“层叠窗口”选项，出现如图 1-16 所示的层叠窗口效果，利用组合键 Alt+Tab 或 Alt+Esc 切换窗口，直到“我的电脑”窗口为活动窗口为止；在任务栏上单击鼠标右键，弹出快捷菜单，如图 1-19 所示，选择“横向平铺窗口”选项，出现如图 1-17 所示的横向平铺窗口效果，利用组合键 Alt+Tab 或 Alt+Esc 切换窗口，直到“我的电脑”窗口为活动窗口为止。

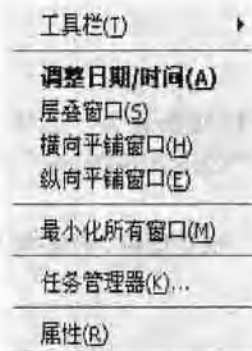


图 1-19 任务栏右击快捷菜单

(5) 在桌面建立 C 盘的快捷方式：打开“我的电脑”窗口(不要将窗口最大化)，选择 C 盘的图标，直接将其拖曳到桌面上。在桌面建立画图工具的快捷方式：打开“开始”→“程序”→“附件”菜单，右击“画图”，在快捷菜单中选择“发送到”→“桌面快捷方式”即可，如图 1-20 所示。



图 1-20 桌面建立画图工具的快捷方式

(6) 在快速启动栏添加画图工具图标：打开“开始”→“程序”→“附件”菜单，选择“画图”工具，按下鼠标左键，将其拖曳到快速启动栏即可，如图 1-21 所示。

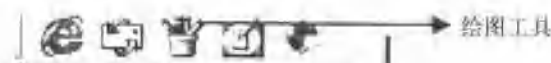


图 1-21 快速启动栏添加画图工具图标

(7) 利用“资源管理器”浏览 C 盘的内容：单击“开始”→“程序”→“附件”→“Windows 资源管理器”命令，弹出“资源管理器”窗口，在左边的树形结构部分双击打开“我的电脑”，选中“C:”，右边内容窗格部分将显示被选中的 C 盘的内容。利用“我的电脑”浏览 C 盘的内容：双击打开“我的电脑”图标，在“我的电脑”窗口中双击打开“C:”即可浏览 C 盘的内容。

(8) 单击“开始”→“程序”→“Microsoft Office”→“Microsoft Office Word 2003”命令，即可打开 Word 2003 应用程序窗口，其具体界面如图 1-5 所示。单击该窗口右上角的系统关闭按钮 **X** 就可正常关闭。

(9) 利用 Windows 2000 帮助系统查看“Windows 2000 快捷键”主题：

① 单击“开始帮助”命令，打开 Windows 2000 帮助窗口，如图 1-15 所示。

② 单击“搜索”标签，在文本框内键入关键字“快捷键”，然后单击“列出主题”，Windows 2000 帮助窗口的左下方将列出相应主题，选中“Windows 2000 快捷键”主题。如图 1-22 所示为 Windows 2000 快捷键搜索结果。

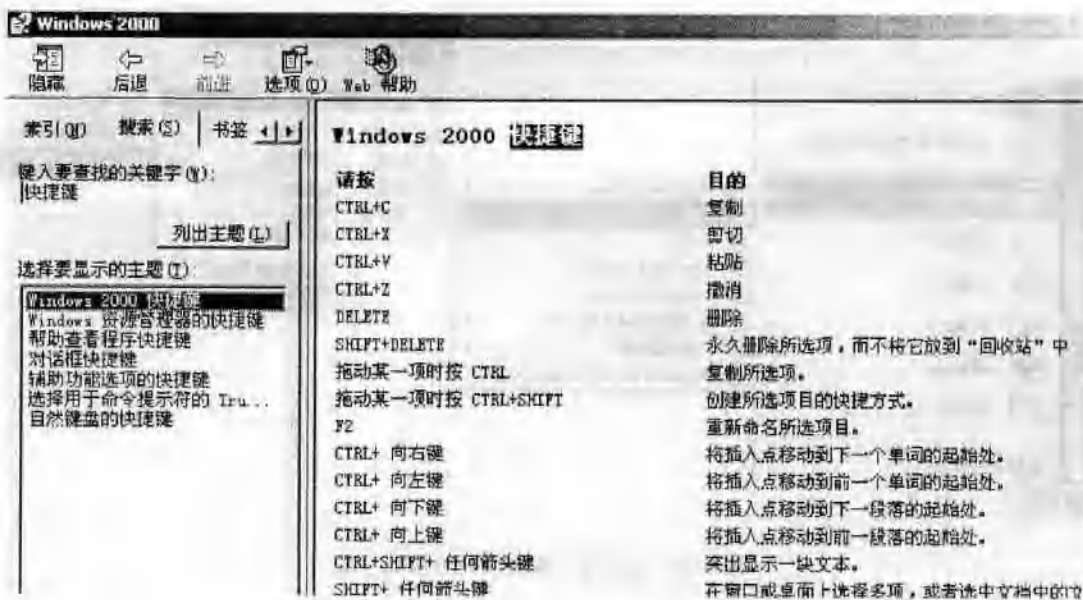


图 1-22 Windows 2000 快捷键搜索结果

五、课外练习

- (1) 对 Windows 2000 桌面的图标进行重命名，注意观察是不是所有的图标都能重新命名。
 - (2) 将任务栏放置在屏幕的顶部，并且设置为自动隐藏。
- 【提示】在任务栏上右击，在弹出的快捷菜单中选择“属性”，在“属性”窗口中设置。
- (3) 关闭“快速启动栏”。
 - (4) 在桌面建立“控制面板”中的“系统”的快捷方式。



- (5) 将桌面上“我的电脑”图标更改为打印机图标。



实验二 文件及文件夹的管理



一、实验目的

- (1) 掌握 Windows 2000 的磁盘管理。
- (2) 掌握文件夹的建立和删除。
- (3) 掌握回收站的使用。
- (4) 掌握文件和文件夹的属性设置方法。
- (5) 掌握文件和文件夹的复制和移动。
- (6) 掌握文件和文件夹的查找方法。

二、实验要点

1. Windows 2000 的磁盘管理

在用户操作计算机的过程中,有时必须对磁盘的相关参数和设置进行了解。其中主要包括学会查看磁盘空间容量和格式化磁盘。

(1) 查看磁盘空间

在安装软件时,首先要了解存放安装软件的容量,其次是确定磁盘上是否有足够的可用空间,这样就必须检查各磁盘的空间使用情况,以便做到心中有数。通常,C 盘安装系统软件,其他软件可安装在 D、E 等逻辑盘中。查看磁盘空间的方法为:

① 双击打开“我的电脑”,选定要查看的磁盘驱动器图标。

② 观察屏幕底部的状态栏或文件夹窗口的左侧有可用空间的数目和大小,如图 2-1 所示。

(2) 格式化磁盘

硬盘的某个分区或外设磁盘有时需要经过格式化操作后用来存储数据。格式化后,磁盘上原有的数据将被清除。所以,用户在格式化前一定要做好数据备份。

格式化磁盘的方法为(以格式化本地硬盘的 D 分区为例):

① 双击打开“我的电脑”,然后单击要格式化的磁盘 D 分区。弹出如图 2-2 所示的“我的电脑”窗口。

② 单击“文件”→“格式化”命令,弹出如图 2-3 所示的“格式化 D:\”窗口。

③ 单击“开始”按钮,出现格式化的警告对话框,如图 2-4 所示,按“确定”按钮即可进行格式化。