



普通高等教育“十一五”规划教材

计算机文化基础实训指导

张成叔 主编 姚 成 张世平 黄玉春 副主编 刘 力 主审



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

普通高等教育“十一五”规划教材

计算机文化基础实训指导

主 编	张成叔		
副主编	姚 成	张世平	黄玉春
参 编	陈祥生	邵 峰	濮光宁
	徐新星	张伟伟	
主 审	刘 力		

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

内 容 简 介

本书为《计算机文化基础》(张成叔主编,中国铁道出版社)的配套实训用书,本着“案例驱动、重在实训、方便教学”的原则编写,紧扣实训教学大纲,并结合考试实际,注重强化性训练。由长期从事计算机文化基础教学、经验丰富的一线教师编写,内容概括精炼,编排循序渐进、深入浅出,实训内容和参考步骤非常详实。

本书共分三部分,第一部分为“上机实训”。针对教材各章节的内容,精选了16个实训,精心设计和安排了相应的上机实训内容,每一个实训均采用“案例驱动”的思想来编写,每个实训都给出了具体而详实的实训内容和参考步骤,更有利于学生尽快掌握必备的知识和熟练的操作技能,并附有实训思考题。

第二部分为“习题分析与补充练习”。针对教材各章节的习题,给出详尽的参考答案和解题思路,并精心挑选了充足的补充练习题。

第三部分为“计算机水平考试和全国计算机等级考试指导”,简要介绍了计算机水平考试和全国计算机等级考试的考试大纲与题型分析。

针对各章习题,书末还列出了补充练习参考答案。

本书可作为高职高专院校计算机专业和非计算机专业计算机文化基础课程实训教学用书,也可供参加计算机等级考试(一级)的考生复习参考。

图书在版编目(CIP)数据

计算机文化基础实训指导/张成叔主编. —北京:中国铁道出版社, 2007. 7

普通高等教育“十一五”规划教材

ISBN 978-7-113-07897-3

I. 计… II. 张… III. 电子计算机—高等学校—教学参考资料 IV. TP3

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第126905号

书 名: 计算机文化基础实训指导

作 者: 张成叔 等

出版发行: 中国铁道出版社(100054,北京市宣武区右安门西街8号)

策划编辑: 严晓舟 张松涛

责任编辑: 祁 云

特邀编辑: 薛秋沛

责任校对: 王春霞

封面设计: 付 巍

封面制作: 白 雪

印 刷: 北京鑫正大印刷有限公司

开 本: 787×1092 1/16 印张: 15 字数: 354 千

版 本: 2007年8月第1版 2007年8月第1次印刷

印 数: 1~4 700 册

书 号: ISBN 978-7-113-07897-3/TP·2320

定 价: 24.00 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

为了体现现代高等职业教育的特点和培养目标,编者在自己多年教学实践的基础上,以“案例驱动、重在实训、方便教学”为原则编写了本书。本书为《计算机文化基础》(张成叔主编,中国铁道出版社)的配套实训用书,本书语言通俗、概念准确、讲述详尽、实例丰富,在内容的编排上循序渐进、深入浅出,实训内容和参考步骤非常详实。精选了足够的练习题,供学生学习和自我检测,便于学生拓展和巩固所学的知识。

本书采用全新的“案例驱动”和“三位一体”思路来编写。每个实训前安排一个案例,本实训内容即按照案例的制作过程和所需的知识点展开,循序渐进,本实训内容结束时,该案例即完成,便于教学。本套教材以“通过主教材的学习、实训教材的实训操作和课后习题与补充练习的练习”,来达到“能力培养的主体”。

本书紧扣《全国高等学校计算机基础教育教学(考试)大纲》,适合于高等职业院校各专业计算机应用基础课实训教学教材使用,本书也可以适合作为各类培训教材和自学参考书。

本书共分三部分,第一部分为“上机实训”。针对教材各章节的内容,精选了16个实训,精心设计和安排了相应的上机实训内容,每一个实训均采用“案例驱动”的思想来编写,每个实训都给出了具体而详实的实训内容和参考步骤,更有利于学生尽快掌握必备的知识 and 熟练的操作技能,并附有实训思考题。

第二部分为“习题分析与补充练习”。针对教材各章节的习题,给出详尽的参考答案和解题思路,并精心挑选充足的补充练习题。

第三部分为“计算机水平考试和全国计算机等级考试指导”,简要介绍了计算机水平考试和全国计算机等级考试的考试大纲与考试过程。

本书由张成叔主编,姚成、张世平和黄玉春任副主编。第一部分中:实训一和实训二由邵峰和濮光宁编写,实训三、实训四和实训五由张成叔编写,实训六、实训七和实训八由张世平编写,实训九由陈祥生编写,实训十、实训十一和实训十二由姚成编写,实训十三和实训十四由陈祥生和黄玉春编写,实训十五由张成叔和徐新星编写,实训十六由刘力和张伟伟编写。第二部分中:第1章由邵峰和濮光宁编写,第2章由张成叔编写,第3章由张世平编写,第4章由姚成编写,第5章由陈祥生和黄玉春编写,第6章由徐新星编写,第7章由刘力和张伟伟编写。第三部分由张成叔和张世平编写,全书由张成叔统稿,刘力主审。

在本书的策划和出版过程中,得到了中国铁道出版社的大力支持,也得到了许多从事计算机基础教育的同仁们的关心和帮助,在此一并表示感谢。

本书所配电子教案和教学相关资源均可以从网站 <http://edu.tqbooks.net> 下载,或直接与编者联系: zhangchsh@163.com。

由于编者水平有限,书中不足之处,敬请广大读者批评指正。

编者

2007年6月

目 录

第一部分 上机实训

实训一	正确认识和使用 PC	1
实训二	计算机指法练习	10
实训三	Windows 2000 基本操作	17
实训四	文件及文件夹操作	24
实训五	Windows 2000 控制面板和附件的基本操作	32
实训六	Word 2000 的基本操作	39
实训七	字符段落格式化	49
实训八	表格和图形的绘制	60
实训九	图文混排与页面设置	70
实训十	Excel 2000 数据的编辑与格式化	77
实训十一	Excel 2000 公式与函数的使用	87
实训十二	数据管理与图表	96
实训十三	简单演示文稿的制作与编辑	107
实训十四	演示文稿的效果设置	115
实训十五	简单网页的制作	122
实训十六	IE 的使用与简单网络应用	131

第二部分 习题分析与补充练习

第 1 章	计算机基础知识	139
一、习题分析	139	
二、补充练习	143	
第 2 章	中文 Windows 2000 操作系统	149
一、习题分析	149	
二、补充练习	154	
第 3 章	中文 Word 2000 字处理软件	162
一、习题分析	162	
二、补充练习	166	
第 4 章	中文 Excel 2000 电子表格处理软件	178
一、习题分析	178	
二、补充练习	185	
第 5 章	中文 PowerPoint 2000 演示文稿制作软件	194
一、习题分析	194	

二、补充练习.....	198
第 6 章 中文 FrontPage 2000 网页制作软件	207
一、习题分析.....	207
二、补充练习.....	208
第 7 章 计算机网络基础与多媒体技术	211
一、习题分析.....	211
二、补充练习.....	215

第三部分 计算机水平考试和全国计算机等级考试指导

第 1 章 全国高等学校计算机水平考试简介	221
第 2 章 全国高等学校计算机水平考试一级题型分析	225
第 3 章 全国计算机等级考试简介	229
附录 A 补充练习参考答案	231
参考文献	233

第一部分 上机实训

实训一 正确认识和使用 PC

1.1 实训目的

- 认识 PC 的内外部组成。
- 掌握 PC 的启动和关闭步骤。
- 熟悉键盘的结构布局。
- 了解鼠标结构并掌握鼠标的基本操作方法。

1.2 实训内容

1.2.1 认识 PC

1. 了解 PC 的外部组成部件

从外部观察，一台 PC 是由主机、显示器、键盘、鼠标和音箱等组成，如图 1-1-1 所示。



图 1-1-1 PC 外观

2. 认识主机

主机看上去是一个铁箱子，在它的内部安装了计算机的各种部件。主机还提供了显示器等外部设备和计算机各部件的连接接口，它是 PC 的主要组成部分。

参考步骤

(1) 认识主机箱正面

主机箱的正面一般都有电源（Power）按钮、复位（Reset）按钮、工作指示灯、前置 USB 接口和前置耳麦接口等。

图 1-1-2（a）所示为主机箱正面的整体外观。

图 1-1-2（b）所示为机箱上的电源按钮和复位按钮。大的按钮是电源按钮，使用时轻轻

按下此按钮，PC 就会通电启动。旁边那个小的按钮是复位按钮，复位按钮用于重新热启动计算机。

图 1-1-2 (c) 所示为前置接口。在机箱的下方有一个 USB 标识，按下此处的面板并松开后，会打开前置接口。两边的两个扁平接口称为 USB 接口，用来插 U 盘、MP3 等移动设备。左边的圆形接口为音频输入口，右边的圆形接口为音频输出口，分别对应于耳麦上的输入线和输出线。



图 1-1-2 主机箱正面

(2) 认识主机箱背面

主机箱的背面有一些 I/O 接口和电源线接口，如图 1-1-3 所示。

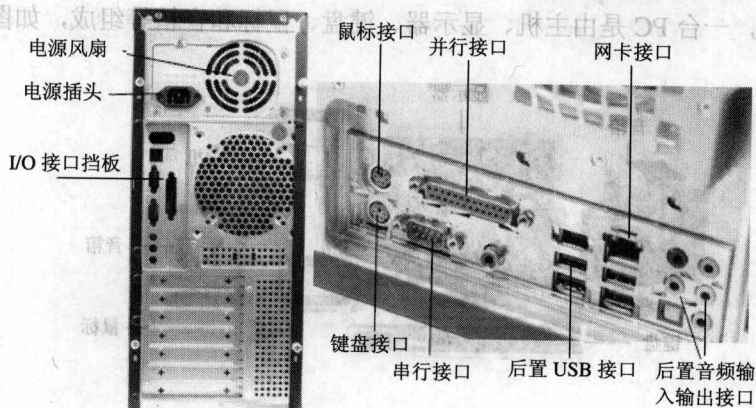


图 1-1-3 主机箱背面

- 电源插头：机箱所需的电源电压为 220V。
- 键盘和鼠标接口：外观都是圆形的，一般与键盘连接的是紫色口，而与鼠标连接的为绿色口。
- 串行口：一个 9/25 针的 D 型插口，用来连接串行通信设备。比如 Modem。
- 并行口：一般是紫色的 25 孔的 D 型插口，用来连接打印机等并行设备。
- USB 口：除了前置 USB 接口外，机箱后面也设置了 USB 接口，一般为 2~4 个。可以连接 USB 键盘、USB 鼠标、带 USB 接口的打印机等设备。
- 显卡：一个蓝色的 15 孔的 D 型插口，用来连接显示器。

网卡：外形和电话线的接口很相似，用来连接网线供计算机联网时使用。

• 声卡：是连接音箱、耳麦的接口。

(3) 认识主机箱内部

机箱是一个装配主机的承载支架。刚买来的机箱内部如图 1-1-4 所示是空的。根据需要，可以在主机箱内安装计算机工作时所必需的和扩展使用的相关部件，如电源、主板、硬盘、光驱、CPU、内存、各种接口卡等。安装了相关部件后的机箱就成了主机，如图 1-1-5 所示。

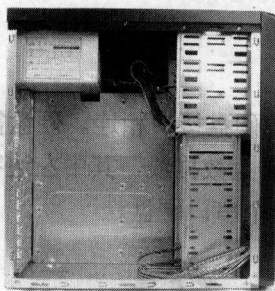


图 1-1-4 空机箱

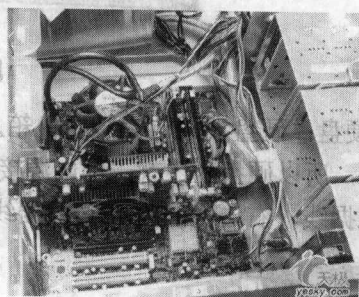


图 1-1-5 安装部件后的机箱

① 主板：主板是在机箱内安装的一块最大的电路板，如图 1-1-6 所示。

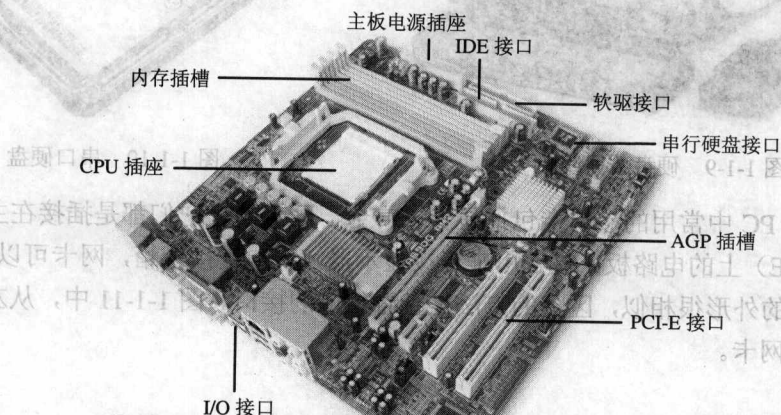


图 1-1-6 主板

② CPU：CPU 安装在主板上。为了保护 CPU 工作不会过热损坏，在 CPU 上安装了一个散热风扇，如图 1-1-7 所示。

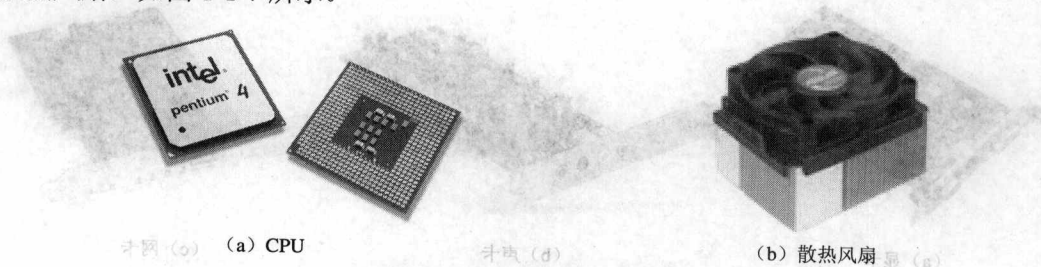


图 1-1-7 CPU 及散热风扇

③ 内存条：内存条是嵌在一块塑料电路板上的集成电路芯片，如图 1-1-8 所示。把它插在主板的内存插槽上，就可以形成所需的内存空间了。

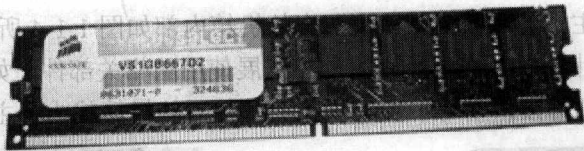


图 1-1-8 内存条

④ 硬盘：硬盘被固定安装在机箱上，数据线与主板上的硬盘接口相连。硬盘需要机箱电源供电，所以硬盘上还有一个电源接口。图 1-1-9 所示为硬盘数据线，其中左边窄的为串口硬盘数据线，右边宽的为 IDE 数据线，图 1-1-10 所示为一个串口硬盘。

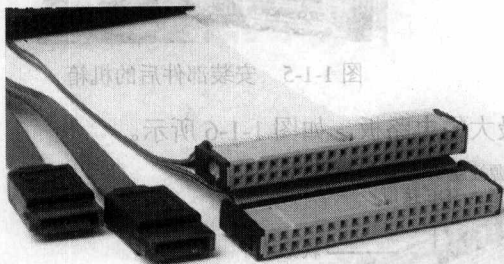


图 1-1-9 硬盘数据线图

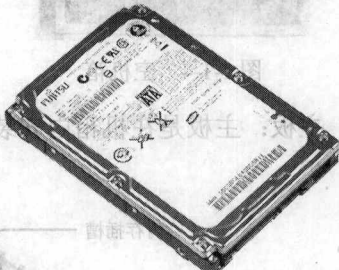


图 1-1-10 串口硬盘

⑤ 接口卡：PC 中常用的接口卡包括显卡、声卡、网卡等，它们都是插接在主板的总线扩展槽（如 PCI-E）上的电路板。显卡用来连接显示器，声卡连接音箱，网卡可以连接上网。

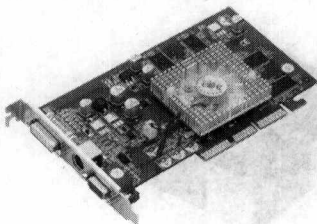
各种接口卡的外形很相似，区分的方法是查看相应的接口。图 1-1-11 中，从左到右分别是显卡、声卡、网卡。

3. 显示器

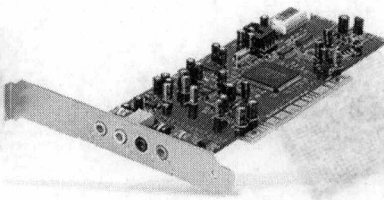
显示器是标准输出设备，显示器上也有很多按钮，如图 1-1-12 所示。

图 1-1-12 (b) 中，右边大的圆形按钮是显示器的电源开关。旁边的几个按钮可以用来调节显示器亮度、显示区域等。

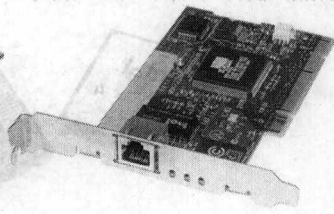
图 1-1-12 (c) 显示的是显示器背面的接口。



(a) 显卡



(b) 声卡



(c) 网卡

图 1-1-11 显卡、声卡及网卡外形

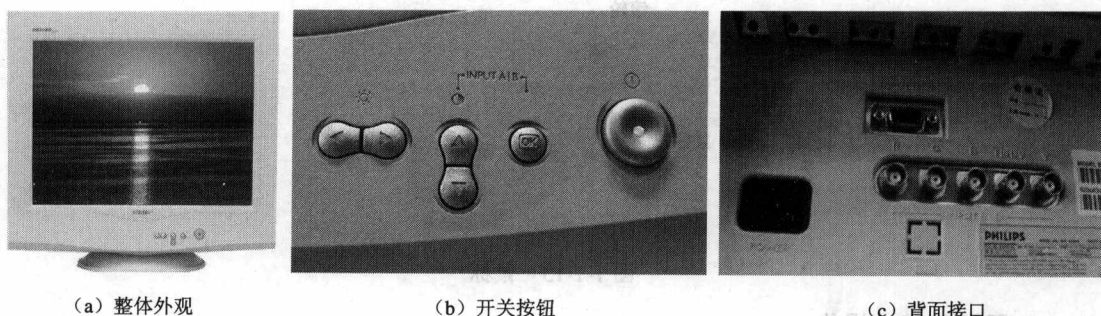


图 1-1-12 显示器

4. 键盘和鼠标

根据键盘和鼠标的类型，分别连接到主机的 PS/2 或 USB 接口上。

5. 音箱

音箱是可选设备，连接时注意将音频线连接到声卡的音频接口上。

1.2.2 正确开关 PC

1. 启动计算机

参考步骤

- (1) 按下显示器、音箱上的电源开关，打开相应的外部设备。
- (2) 按下主机箱上的主机电源开关，给主机送电。
- (3) 几秒钟后，计算机将进入操作系统桌面，用户就可以使用计算机了。

2. 关闭计算机

参考步骤

- (1) 用鼠标依次单击“开始”→“关机”菜单命令。
- (2) 在“关闭 Windows”对话框中选择“关机”命令，再单击“确定”按钮，关闭主机。
- (3) 关闭显示器、音箱等外部设备的电源。
- (4) 切断电源。

补充说明

(1) PC 开机时，应先打开外部设备开关，然后再打开主机电源开关；关机顺序与开机顺序相反，即先关闭主机电源开关，再关闭外部设备电源开关。

(2) 在使用过程中，如果计算机出现“死机”现象，可直接按下【Ctrl+Alt+Del】组合键，或按下主机箱上的“Reset”按钮，来重新启动计算机。

(3) 切断电源，如果在公共机房一般由机房管理员统一切断电源，不需要同学自己操作。

1.2.3 鼠标的基本操作

1. 认识鼠标

如图 1-1-13 所示，鼠标一般由 3 部分组成，即左键、右键和滚轮。

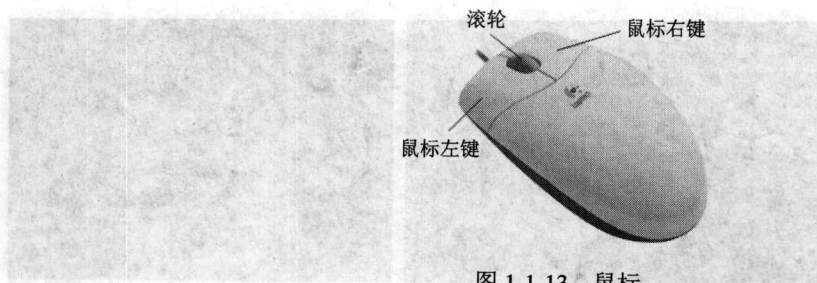


图 1-1-13 鼠标

2. 鼠标的基本操作

(1) 移动：手握鼠标，轻轻地移动手腕，就可看到鼠标指针“■”在移动。注意移动鼠标时胳膊不要动，手腕放松。

(2) 单击：轻轻地用食指在鼠标左键上击打一下。单击一般用于选定一个对象。

(3) 右击：轻轻地用中指在鼠标右键上击打一下。右击一般用于打开一个对象的快捷菜单。

(4) 双击：轻轻地用食指在鼠标左键上连续击打两下。双击用来打开一个对象，或运行一个程序。

(5) 拖动：按住鼠标的左键不放，用手腕移动鼠标，直到目标位置后释放。拖动用来选择或移动对象。

3. 从“扫雷”游戏中练习鼠标基本操作

扫雷游戏是 Windows 2000 自带的一个可以练习鼠标操作的小游戏。用来练习鼠标的移动、单击、右击等基本操作。

参考步骤

(1) 依次单击任务栏“开始”→“程序”→“附件”→“游戏”→“扫雷”菜单命令，打开扫雷程序。

(2) 单击鼠标可以挖开方格子。如果方格子里有数字，表示数字所在方格的四周方格中央位置附近有多少颗地雷，根据此数字推断出哪一个方格下有地雷。

(3) 将鼠标移动到可能是地雷的方格上右击，在方格上插上一面小旗子，表示该方格下是地雷。

(4) 如果拿不准某一个方格下是否有地雷，可以在该方格上连续右击两次，将会标上一个“？”，如图 1-1-14 所示。

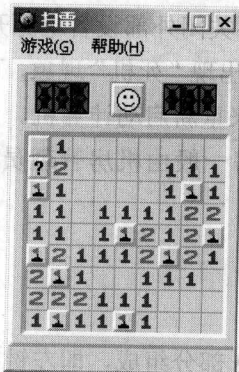


图 1-1-14 “扫雷”游戏

(5) 每标出一个地雷，窗口中计数器的数字就会自动减 1，表示还剩下多少颗地雷没有被挖出。重复上述步骤 (3)、(4)，直到所有的地雷都被正确标出，游戏成功。

4. 从“纸牌”游戏中练习鼠标基本操作

“纸牌”游戏也是 Windows 2000 自带的一个小游戏，“纸牌”游戏可以用来练习鼠标的单击、拖动基本操作。

“纸牌”游戏的目标是利用左上角牌叠，在右上角组成以 A 打头，从 A 到 K 顺序排列的 4 套花色牌叠。

参考步骤

(1) 依次单击“开始”→“程序”→“附件”→“游戏”→“纸牌”菜单命令，打开“纸牌”游戏的窗口，如图 1-1-15 所示。

(2) 按照从 K 到 A 的顺序，将不同颜色的牌移到一列。比如将“红桃 J”拖动到“黑桃 Q”的下面，或将“黑桃 10”拖动到“红桃 J”的下面等。如果把相同颜色的牌拖到一列，鼠标释放后，纸牌又回到了原处，如图 1-1-16 所示。

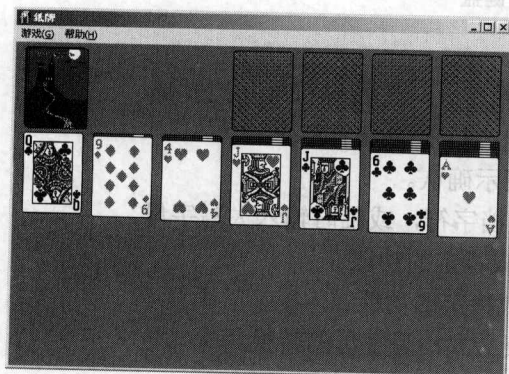


图 1-1-15 “纸牌”游戏（一）

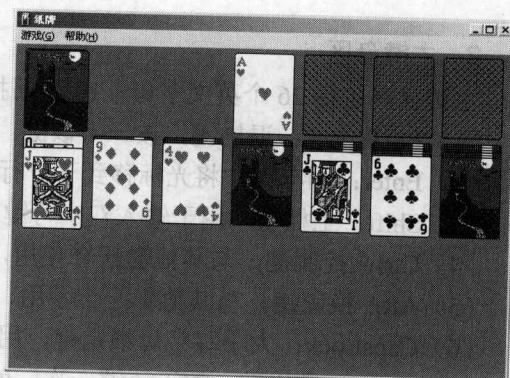


图 1-1-16 “纸牌”游戏（二）

(3) 鼠标单击背面朝上的纸牌，将 A 拖到右上角，当牌面没有可以移动的纸牌时，可以单击左上角的纸牌，将会翻出 3 张新牌，如图 1-1-17 所示。

(4) 重复上述步骤，直到右上角组成以 A 打头，从 A 到 K 顺序排列的 4 套花色牌叠。

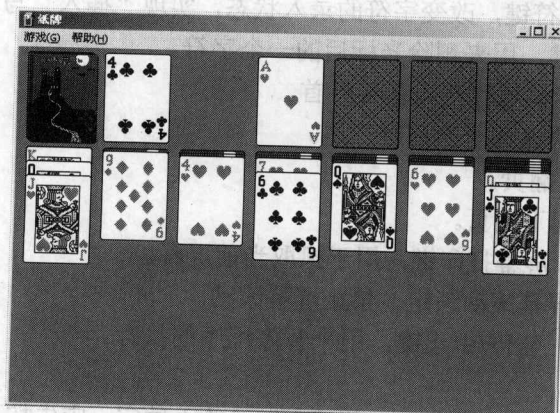


图 1-1-17 “纸牌”游戏（三）

1.2.4 键盘的基本操作

1. 了解键盘布局

对照键盘实物,分清主键盘区、编辑键区、数字小键盘、功能键区和状态指示区等5个分区。找到各键所在位置并掌握其具体的功能作用,如图1-1-18所示。



图 1-1-18 键盘

2. 主键盘区

主键盘区包括 26 个英文字母、10 个阿拉伯数字、一些特殊符号和控制键。

- (1) Backspace: 退格键,按一下该键,删除光标前的一个字符。
- (2) Enter: 回车键,将光标移到下一行或表示确认。
- (3) Shift: 上档键,用于输入双字符键的上档字符,或临时输入大写字母。
- (4) Ctrl: 控制键,与其他键配合使用,完成特定的功能。
- (5) Alt: 换码键,与其他键配合使用,完成特定的功能。
- (6) CapsLock: 大小写字母锁定键,用于英文大小写字母的转换。
- (7) Space: 空格键,按下该键一次,就可输入一个空格字符。
- (8) Tab: 制表键,按下一次,光标向右移动 8 个字符。

3. 编辑键区

(1) 4 个方向键: 用来移动光标的位置,实现光标向左(←)、向右(→)、向上(↑)以及向下(↓)移动。

- (2) Insert: 插入字符键,改变字符的录入状态,实现“插入”与“改写”状态的切换。
- (3) Delete: 删除键,用来删除光标后的一个字符。
- (4) Home: 将光标快速移至当前行行首。
- (5) End: 将光标快速移至当前行行尾。
- (6) PageUp: 向上翻页。
- (7) PageDown: 向下翻页。
- (8) PrtSc/Sys Rq: 屏幕打印键,用于抓取当前屏幕。
- (9) ScrollLock: 屏幕滚动锁定,禁止屏幕滚动。
- (10) Pause/Break: 暂停/中止键,用来暂停程序的执行。

4. 数字小键盘

(1) NumLock: 数字键盘指示,要使用小键盘输入数字,应先按下该键,NumLock 指示灯亮起。

(2) 其他数字键：直接敲击，可以输入相应的数字。

5. 功能键区

(1) F1~F12：实现特定的功能操作。

(2) Esc：退出或取消键，在软件中用来退出或取消当前操作。

思考及课后练习

1. 主板上可以连接哪些部件？
2. 主机箱背面有哪些 I/O 接口，你是否能够识别？
3. 鼠标有哪些基本操作？你是否已经能够熟练操作？
4. 键盘上的上档字符如何输入？使用大小写字母锁定键后，观察键盘上 Cap 指示灯有何变化？
5. 比较 Backspace 键和 Delete 键的区别。
6. 如何打开 PC？开机步骤与关机步骤有什么不同？



图 1-5-1 鼠标

5.5.5 键盘

键盘是计算机中最重要的输入设备之一，它由多个按键组成，每个按键上都有一个或多个字符或符号。键盘的布局通常遵循 QWERTY 标准，但也有其他布局如 Dvorak 和 Colemak。

键盘的组成

键盘的组成主要包括键盘主体、键盘接口、键盘线、键盘盖、键盘膜、键盘底座等。其中，键盘主体是键盘的核心部分，负责接收用户的输入并传递给计算机。

图 1-5-2 键盘

实训二 计算机指法练习

2.1 实训目的

- 熟悉键盘指法，养成良好的操作习惯。
- 熟练掌握英文字符的输入。
- 掌握一种中文输入方法，并能熟练使用。
- 掌握中英输入法以及不同中文输入方法之间的切换。

2.2 实训内容

2.2.1 打字姿势

打字时应该养成正确的姿势。正确的打字姿势，不仅能够提高输入速度，减缓操作者长时间工作带来的疲劳，而且能够实现盲打，提高工作效率。

参考步骤

- (1) 两脚放平，腰部挺直，双臂自然下垂，两肘贴于腋边。
- (2) 身体可略倾斜，离键盘的距离为 20~30cm。
- (3) 手腕及肘部成一直线，手指自然弯曲，轻放于键盘基准键上。
- (4) 打字文稿放在键盘左边，或用专用夹子夹在显示器旁边。打字时，眼睛看着文稿，尽量不要看键盘。

正确的打字姿势如图 1-2-1 所示。



图 1-2-1 打字姿势

2.2.2 键盘指法

打字时，主键盘区的每一个键位都有一个手指负责击键，十指分工明确。

参考步骤

- (1) 将左右手的食指分别置于 F、J 上，大拇指自然落在空格键上，其余手指依次摆放，如图 1-2-2 所示。

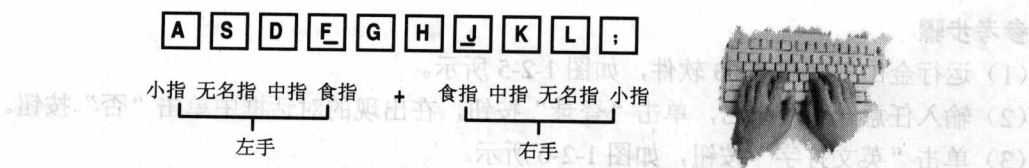


图 1-2-2 指法

(2) 熟记每个手指的击键范围。每个手指除了自己的基本键外，还分工有其他的字键，称为它的范围键，如图 1-2-3 所示。

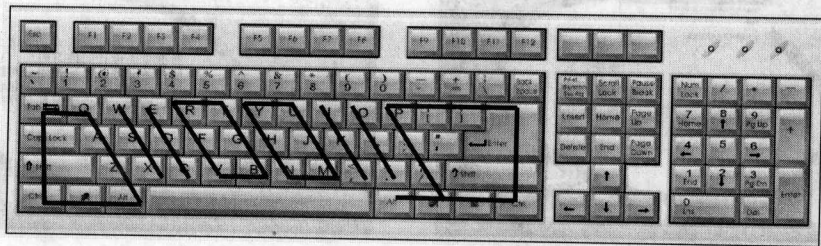


图 1-2-3 各手指控制的范围键

补充说明

击键时要注意以下几点：

- (1) 左右手放在基本键上，击键后应迅速返回基本键位上。
- (2) 食指击键要注意键位角度。
- (3) 小指击键应力量保持均匀。
- (4) 对数字键采用跳跃式击键。

2.2.3 切换输入法

参考步骤

- (1) 单击任务栏右下角的输入法图标，会弹出输入法列表，如图 1-2-4 所示。
- (2) 在输入法列表中选择一种输入法，单击即可切换到该输入法。

补充说明

也可通过键盘快捷键实现输入法的快速切换，具体方法如下：

- (1) “Ctrl+Space”组合键：中英文输入法之间的切换。
- (2) “Ctrl+Shift”组合键：在已安装的输入法之间进行循环切换。
- (3) “Ctrl+.”组合键：中文标点和英文标点的切换。
- (4) “Shift+Space”组合键：全角和半角的切换。

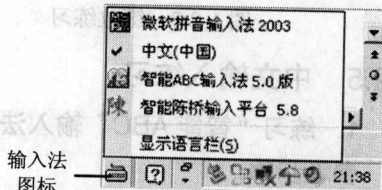


图 1-2-4 输入法列表

2.2.4 英文输入练习

金山打字通 2003 是一款优秀的打字练习软件，可以通过该软件来练习指法。