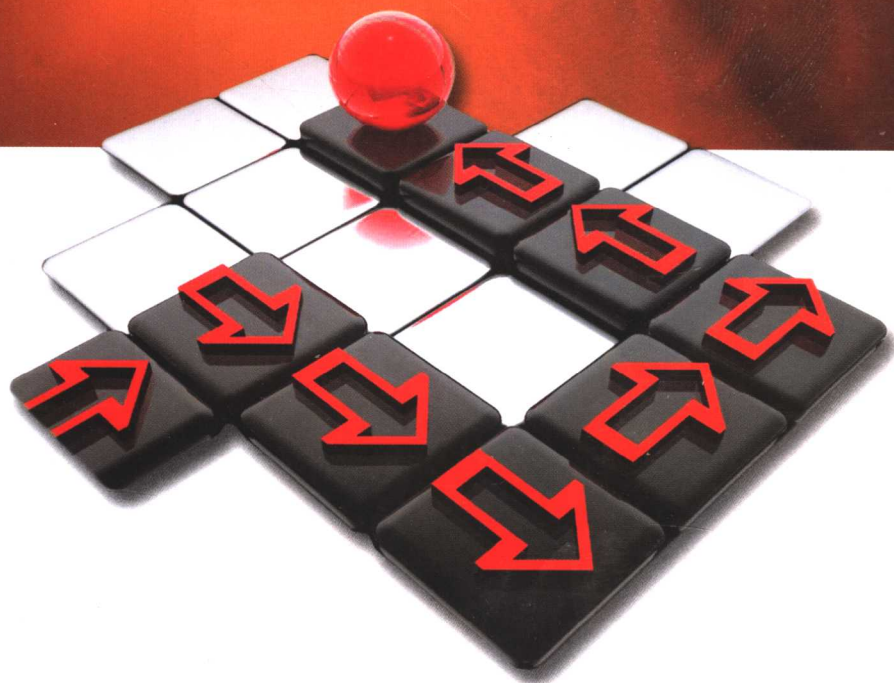


计算机应用基础

(Windows XP+Office 2003)

上机实验指导



郭志坚 主 编
费添林 张冬平 副主编
林 光 陈仿忠



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

21 世纪职业教育规划教材

计算机应用基础 (Windows XP+Office 2003) 上机实验指导

郭志坚 主 编

费添林 张冬平 林 光 陈仿忠 副主编

中国水利水电出版社

内 容 提 要

本书是《计算机应用基础（Windows XP+Office 2003）》的配套教材，参考我国职业教育计算机应用基础课程大纲编写，其内容与《计算机应用基础（Windows XP+Office 2003）》一书的内容严格对应。

本书安排了 24 个实验，内容涵盖计算机基础知识、Windows XP 操作系统、Word 2003、Excel 2003、PowerPoint 2003、计算机网络与 Internet 应用、计算机网络的安全设置等各个方面。本书内容由浅入深，安排合理，同时比例恰当，用通俗易懂的语言通过许多实例介绍计算机常用软件的功能和操作方法，能使读者在短时间内掌握多方面的计算机知识。

本书适合作为各类职业院校计算机基础课的实验指导书，也可作为计算机初学者的自学参考书。

图书在版编目（CIP）数据

计算机应用基础（Windows XP+Office 2003）上机实验指导 / 郭志坚主编. —北京：中国水利水电出版社，2007

21 世纪职业教育规划教材

ISBN 978-7-5084-4760-5

I. 计… II. 郭… III. ①电子计算机—职业教育—教学参考资料②窗口软件，Windows XP—职业教育—教学参考资料③办公室—自动化—应用软件，Office 2003—职业教育—教学参考资料 IV. TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2007）第 097662 号

书 作 出 版 者 发 行	名 者 发 行	计算机应用基础（Windows XP +Office 2003）上机实验指导 郭志坚 主 编 费添林 张冬平 林 光 陈仿忠 副主编 中国水利水电出版社（北京市三里河路 6 号 100044） 网址：www.waterpub.com.cn E-mail: mchannel@263.net（万水） sales@waterpub.com.cn 电话：（010）63202266（总机）、68331835（营销中心）、82562819（万水） 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
经 售	售	
排 印	版 刷	北京万水电子信息有限公司 北京蓝空印刷厂
规 格	格	787mm×1092mm 16 开本 9.25 印张 228 千字
版 次	次	2007 年 7 月第 1 版 2007 年 7 月第 1 次印刷
印 数	数	0001—5000 册
定 价	价	14.00 元

凡购买我社图书，如有缺页、倒页、脱页的，本社营销中心负责调换
版权所有·侵权必究

前 言

“计算机应用基础”是所有在校学生的必修课，为了配合理论教学，提高学生的实际应用能力和操作水平，我们特编写了《计算机应用基础（Windows XP +Office 2003）上机实验指导》。

本书安排了 24 个实验，内容涵盖了计算机基础知识（1 个）、Windows XP 操作系统（4 个）、Word 2003（6 个）、Excel 2003（4 个）、PowerPoint 2003（4 个）、计算机网络与 Internet 应用（4 个）、计算机网络安全（1 个）等。本书内容安排合理，比例恰当，能使读者在短时间内掌握多方面的计算机知识。

作者在编写此书时，结合多年使用 Windows 操作系统和 Office 软件的经验，参考了大量资料，在保证每个实验具有很强的操作性、代表性的同时，尽量做到通俗易懂、容易上手。本书尽量发挥学生的主观能动性，以学生主动思考为主，先通过实验目的和实验内容让学生对实验的内容有总体上的把握，然后从步骤和细节方面加以提示、帮助，从而引导学生很快掌握相关的知识要点。在实验过程中，作者还添加了若干提示和小技巧，有助于学生更为方便快捷地操作相关软件。每节实验课还针对实验要点附加了思考和讨论题，有助于读者练习提高，巩固各章知识点，使学生能够更好地利用计算机来辅助学习和工作。

本书由雷学生主审，由郭志坚任主编，费添林、张冬平、林光、陈仿忠任副主编，最后由雷学生、郭志坚定稿，参加本书编写工作的还有周金华、赵霞、陆焯辉、严阳等。

在本教材的出版过程中，中国水利水电出版社给予了多方面的大力支持，在此，对中国水利水电出版社的相关领导和相关部门表示衷心的感谢。

由于本书涉及面广，加之时间仓促，作者水平有限，书中难免有不足甚至是错误之处，恳请读者批评指正。

编者

2007 年 3 月

目 录

前言

实验一	Windows XP 基本操作	1
实验二	Windows XP 窗口组件及操作	6
实验三	Windows XP 中的文件管理	11
实验四	定制 Windows XP	16
实验五	Windows XP 系统管理及维护	23
实验六	Word 2003 界面与组成	30
实验七	输入及编辑 Word 文档	36
实验八	文档排版	41
实验九	Word 2003 中表格的使用	47
实验十	Word 2003 中图形的处理	54
实验十一	Word 2003 中样式和模板的使用	61
实验十二	Excel 中工作簿与工作表的操作	65
实验十三	Excel 2003 的公式与函数	71
实验十四	数据的管理与分析	76
实验十五	Excel 2003 的图表与图形	84
实验十六	利用 PowerPoint 2003 创建演示文稿	90
实验十七	编辑幻灯片及设置幻灯片格式	96
实验十八	PowerPoint 2003 中的动画效果和多媒体	102
实验十九	幻灯片的放映	107
实验二十	设置计算机网络连接	113
实验二十一	使用 Internet Explorer (上)	118
实验二十二	使用 Internet Explorer (下)	125
实验二十三	使用 Outlook 收发电子邮件	131
实验二十四	设置计算机网络安全	137

实验一 Windows XP 基本操作

一、实验目的

- 了解并熟悉 Windows XP 操作系统的界面及各个组成部分。
- 掌握启动、关闭及注销 Windows 等主要基本操作。
- 熟练掌握启动程序的方法。
- 掌握修改密码、获取帮助等一些常用的基本操作。

二、实验内容

1. 开关机

启动计算机，进入 Windows XP 操作系统，注销计算机，并在再次进入 Windows XP 界面后关闭计算机。

2. 熟悉 Windows XP 界面的组成

仔细观察 Windows 界面的组成，并了解各个组成部分的功能。

3. 启动程序

- (1) 通过“开始”菜单启动 Winamp.exe 程序。
- (2) 使用“运行”命令启动 Winamp.exe 程序。

4. Windows XP 基本操作

- (1) 锁定计算机。
- (2) 获取 Windows 帮助，并搜索与“计算器”相关的帮助主题。

三、实验步骤提示

1. 开关机

当打开计算机时，Windows 会自动启动。如果该计算机设置了多个用户及密码，则用户必须输入用户名及密码，如图 1-1 所示，以使网络和计算机确认身份，核实访问并使用计算机及网络的权限。

如果用户与其他人共用一台计算机，那么可以使用“注销”，这样别人就可以登录并使用该计算机了。如果计算机连接了网络，可以注销计算机并登录某个域。域是网络上共同管理的一组计算机。如果没有连接网络，就不能登录某个域。

单击“开始”菜单，单击“注销”，会弹出如图 1-2 所示的对话框，单击“注销”就可以注销当前的用户。如果该计算机设置了多个用户，此时还可以切换到其他用户，只是当前的

用户不被注销。



图 1-1 启动 Windows XP



图 1-2 注销 Windows

登录计算机或某个域时, 必须输入用户名及密码以使计算机或域识别用户的身份。用户名及密码决定了访问计算机或域的方式。

注意: 在注销计算机之前, 应当确定保存了所有信息并关闭了所有程序。

在“开始”菜单中单击“关闭计算机”会弹出如图 1-3 所示的对话框。其中可以选择“休眠”、“关闭”和“重新启动”。



图 1-3 关闭计算机

2. 熟悉 Windows XP 界面的组成

Windows XP 的界面如图 1-4 所示。Windows XP 的屏幕用图标显示项目及计算机的信息。

每一个图标可以访问一个特定的项目。可获取的项目取决于计算机是如何设置的。

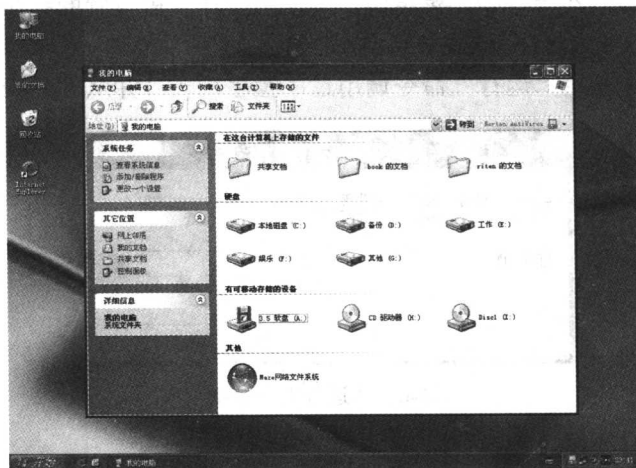


图 1-4 Windows XP 界面

3. 启动程序

(1) 使用“开始”按钮可以启动一个程序。单击“开始”按钮，“开始”菜单立即出现。“开始”菜单提供了一个快速调用程序的途径。可以使用这个菜单搜索文件、获取帮助及关闭电脑。

在“开始”菜单的“所有程序”列表中有计算机里安装的所有执行程序，如图 1-5 所示，可以选择并执行。



图 1-5 “开始”菜单

(2) 可以使用“运行”命令启动没有出现在“开始”菜单中的程序。

有很多程序并不显示在“开始”菜单中,例如更改计算机设置的程序。可以使用“运行”命令调用这类程序,如图 1-6 所示。

用户可以打开最近使用“运行”命令调用过的程序列表,并从该列表选择一个程序。

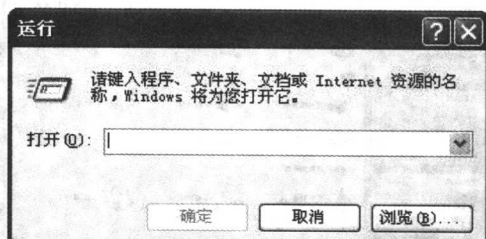


图 1-6 “运行”对话框

4. Windows XP 基本操作

(1) 按下 Alt+Ctrl+Del 键,在弹出的如图 1-7 所示的 Windows 任务管理器对话框中选择“关机”→“待机”即可锁定计算机。

锁定计算机时,Windows 隐藏屏幕的内容并显示计算机被锁定的信息,只有用户自己或管理员才可以解除锁定。当用户返回工作台后,必须输入密码才能解除锁定。

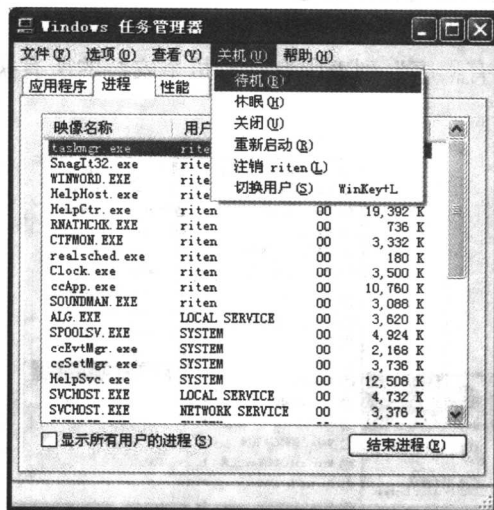


图 1-7 “Windows 任务管理器”对话框

注意: 锁定时 Windows 仍然运行打开的程序。例如,如果在处理某个“写字板”文档时锁定计算机,该文档会保持打开并显示在屏幕上直至计算机被解除锁定。

(2) 使用 Windows XP 时,最方便的帮助资源是“帮助和支持中心”。在“开始”菜单中单击“帮助和支持”,或在桌面状态时按下 F1 键即可进入“帮助和支持中心”窗口,如图 1-8 所示。帮助功能随 Windows 自动安装并可以随便使用。

有多种方法可以使用“帮助和支持中心”找到需要的信息。可以按类别浏览帮助主题,使用帮助主题的字母索引或搜索“Windows 帮助”文件以获取需要的信息。



图 1-8 Windows 帮助和支持中心

四、实验总结

本实验的主要内容包括 Windows XP 的基本操作（包括开关机、注销、锁定等）以及如何运行程序。实验内容都是 Windows 中最基本的操作，也是使用计算机过程中最常用的操作。熟练掌握本实验的内容对后面计算机其他功能的应用可以打下良好的基础。

五、思考及讨论

1. 如何将一个项目加入“开始”菜单？
2. 如何找到“开始”菜单中没有出现的程序？
3. 可以用“运行”命令打开程序之外的其他项吗？
4. 想用来打开文件的程序没有列在“打开方式”对话框中，怎么办？
5. 可以将“注销”命令加入“开始”菜单吗？
6. 为什么在“帮助和支持中心”的主题中有些文本是呈现蓝色的？它代表什么意思？

实验二 Windows XP 窗口组件及操作

一、实验目的

- 了解并熟悉 Windows XP 窗口的组成。
- 熟练掌握 Windows XP 窗口的常用命令。
- 熟练掌握针对 Windows XP 窗口的一些基本操作。
- 掌握如何通过 Windows XP 查看文件，包括对“我的电脑”的使用。

二、实验内容

1. 认识 Windows XP 窗口

在 Windows 操作系统中依次打开多个窗口，并依次关闭。

2. Windows 窗口的常用命令

(1) 在 Windows 操作系统中打开“回收站”窗口，查看其各个菜单的命令。

(2) 再次打开“我的文档”以及“我的电脑”，和“回收站”窗口比较，找出这两个窗口的菜单命令和工具栏有何相同有何不同。

3. 针对窗体的基本操作

(1) 打开“我的电脑”，将窗口最大化，然后还原为原始大小，最后再将其最小化。

(2) 移动“我的电脑”窗口，并更改窗口尺寸。

(3) 打开“我的文档”、“回收站”和“我的电脑”三个窗口，用至少两种方法在三个窗口中来回切换。

(4) 将三个窗口依次以“层叠”、“横向平铺”、“纵向平铺”的方式排列。

4. 查看文件

(1) 在非自动排列图标的情况下任意移动桌面图标，然后通过自动排列功能使桌面的图标有序地排列在一起。

(2) 打开“我的电脑”窗口，进入磁盘分区 D:\，将其中显示的项目改为“小图标”、“列表”、“详细资料”或“缩略图”方式。

三、实验步骤提示

1. 认识 Windows XP 窗口

Windows 是通过窗口来显示项目、执行程序的。每个不同的程序都会有不同的运行界面，如图 2-1 所示。

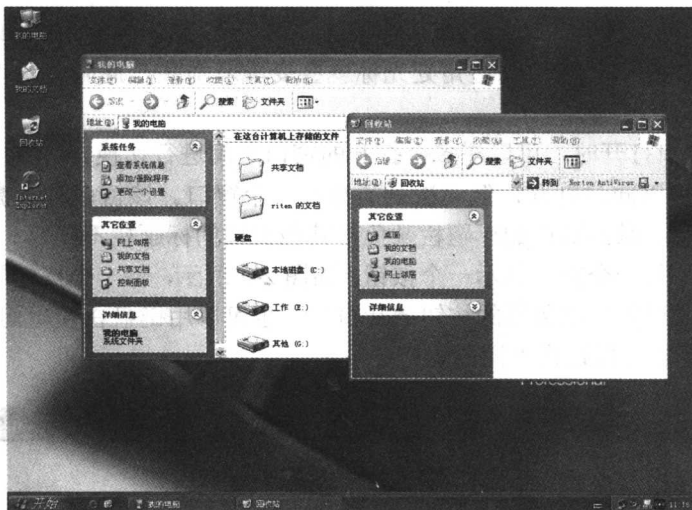


图 2-1 Windows XP 的窗口

2. Windows 窗口的常用命令

在 Windows 中各个窗口都有相关的命令，所有的命令都集中在菜单栏或是鼠标右键的弹出菜单中，如图 2-2 所示为“回收站”的菜单栏示例。

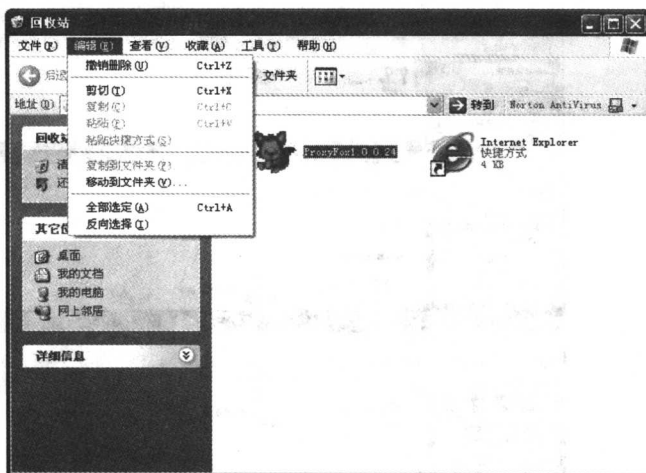


图 2-2 “回收站”的菜单栏

3. 针对窗口的基本操作

(1) 差不多所有 Windows 的窗口都包含有最大化和最小化的功能，而这些功能的相应按钮一般都放置在窗口的标题栏右侧，如图 2-3 所示。



图 2-3 标题栏

其中 、、、 四个按钮分别表示最小化、最大化、向下还原和关闭。而向下还原按钮  只在最大化后出现。

(2) 用鼠标拖动如图 2-3 所示的窗口标题栏就可以移动窗口, 如果窗口在非最大化及最小化的情况下, 把鼠标移至窗口的边角处光标就会变成双箭头, 此时就可以拖动鼠标修改窗口的大小。

(3) 有多个窗口打开时, 可以在多个打开的窗口之间进行切换。

尽管多个窗口可以同时打开, 但一次只能操作一个窗口。该窗口称为激活窗口。激活窗口在其他窗口前显示。激活窗口的标题栏颜色与其他窗口的标题栏不同。

任务栏为屏幕上每一个窗口显示一个按钮, 如图 2-4 所示, 每一个按钮显示所代表窗口名称的一部分。可以通过单击任务栏的按钮激活窗口, 也可以用键盘在窗口间切换。

使用 Alt+Tab 键也可以切换不同的窗口。



图 2-4 任务栏中的各个窗口按钮

(4) 可以同时打开多个窗口。如同一个真实的桌子, 用户可以一次在桌面上放置日程、信件或预算表等许多项目。Windows 允许用户安排组织这些项目以使其更容易使用。

用鼠标右键单击任务栏的空白区域, 在如图 2-5 所示的弹出菜单中可以选择窗口的排列方式。横向平铺的效果如图 2-6 所示。

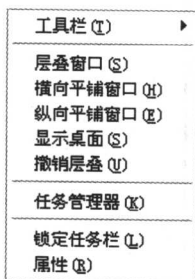


图 2-5 任务栏的弹出菜单

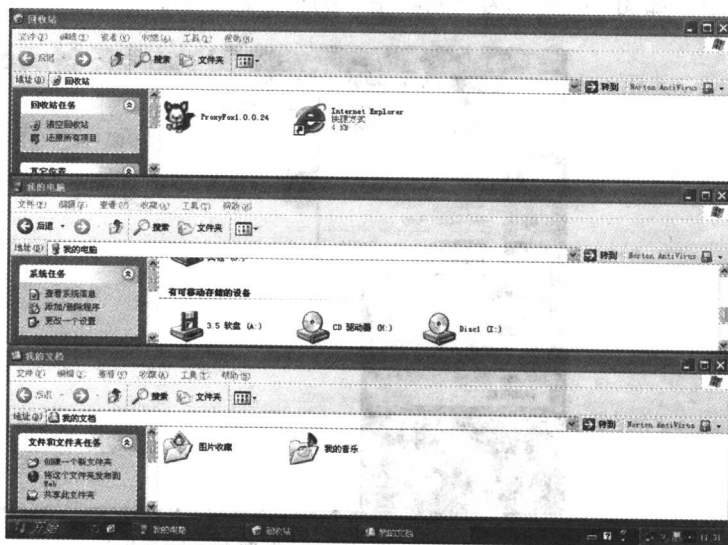


图 2-6 横向平铺窗口的示例

4. 查看文件

(1) 可以让 Windows 自动排列图标来适配窗口。如果图标散乱或互相重叠, 排列图标将使窗口的内容更易于查看。在桌面空白区域单击鼠标右键, 在如图 2-7 所示的弹出菜单中可以选择是否自动排列, 以及自动排列的方式。

注意: “自动排列图标”功能将图标按固定的距离排列并使行与列适配窗口。即使改变窗口的大小或增加、移开某些项, 这些图标仍将保持与窗口适配。

(2) 可以改变窗口中项目的外观。选择的外观决定了窗口中看到的信息。

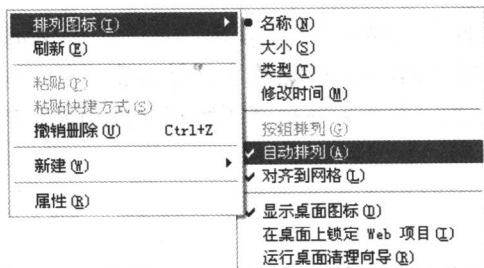


图 2-7 “排列图标”下拉菜单

Windows 显示一幅图片或图标表示窗口中的每一类项目。例如，图标表示一个文件夹。默认情况下 Windows 中的项目以“平铺”显示。可以选择“图标”或“列表”外观以在窗口中显示更多项目。

在窗口的工具栏中单击  按钮，在如图 2-8 所示的下拉菜单中可以选择项目的显示方式，如图 2-9 所示为按“详细信息”方式显示的效果。

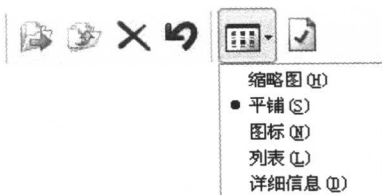


图 2-8 通过工具栏选择查看方式



图 2-9 按“详细信息”方式显示项目

注意：更改项目外观只影响打开窗口。每一个窗口记忆选择的外观并在下次打开该窗口时显示同样的外观。

四、实验总结

窗口是 Windows 中最重要的组成部分，几乎所有的程序都需要通过窗口来显示执行过程。

而且窗口也是显示和管理文件的重要工具。本实验详细介绍了 Windows XP 窗口的外观、组成及相关命令,同时通过本实验的学习还能熟练掌握针对窗口的一些基本操作,包括移动、排列和最大化/最小化窗口。本实验的最后还提及了图标排列和显示的一些技巧。

五、思考及讨论

1. 想最大化某个窗口时总是点到错误的按钮。有没有更简单的方法最大化一个窗口?
2. 如果任务栏中某个按钮没有显示完整名称,如何看到这个名称?
3. 所有的程序窗口都可调节大小吗?
4. 如何只层叠或平铺部分打开的窗口?
5. 为什么一些程序不能正确地平铺(例如计算器等)?
6. 当图标以“列表”或“详细信息”外观显示时,“自动排列”功能能使用吗?

实验三 Windows XP 中的文件管理

一、实验目的

- 了解并熟悉资源管理器的组成及功能。
- 掌握文件夹选项的设置。
- 熟练掌握文件和文件夹的浏览。
- 掌握文件和文件夹的一些基本操作。

二、实验内容

1. 使用资源管理器

- (1) 认识资源管理器的界面组成。
- (2) 通过资源管理器浏览文件夹。

2. 对文件和文件夹进行基本操作

- (1) 使用资源管理器或“我的电脑”打开 C 盘 Windows 目录下的 Help 文件夹（具体路径为 C:\Windows\Help），并使用至少两种以上的方法打开该文件夹中名为 access.chm 的文件。
- (2) 在 Help 文件夹中创建名为 Test 的文件夹。选中 Help 文件夹中的某几个文件，并复制，将所复制的文件拷贝到 Test 文件夹中。
- (3) 将 Test 文件夹重命名为 Change，并压缩该文件夹。
- (4) 删除 Change 文件夹到回收站，然后打开回收站，将被删除的文件夹还原。
- (5) 利用资源管理器中的搜索工具在 C 盘中搜索名为 atm.chm 的文件。

3. 设置文件的属性和文件夹选项

- (1) 查看 Help 文件夹中的 access.chm 文件的属性，并将其属性设置为“只读”和“隐藏”。
- (2) 更改该文件的打开方式，设置为使用记事本打开。
- (3) 查看文件夹选项，将浏览文件夹的方式设为“在同一窗口中打开每个文件夹”。然后设定隐藏已知文件类型的扩展名。

三、实验步骤提示

1. 使用资源管理器

Windows 资源管理器窗口如图 3-1 所示，窗口有两格。左边的窗格显示了计算机上驱动器和文件夹的结构。当选择窗格中的驱动器或文件夹时，Windows 资源管理器在右窗格中显示驱动器或文件夹的内容。可以在左窗格中扩展可利用信息以显示计算机上所有的驱动器和文件夹。也可以减少左窗格中的信息以提供计算机上可利用项目的概况。右窗格显示了当前驱

动器或文件夹的内容。当用户在右窗格中选择某项时, 关于该项最后被更改的时间等信息立即出现。

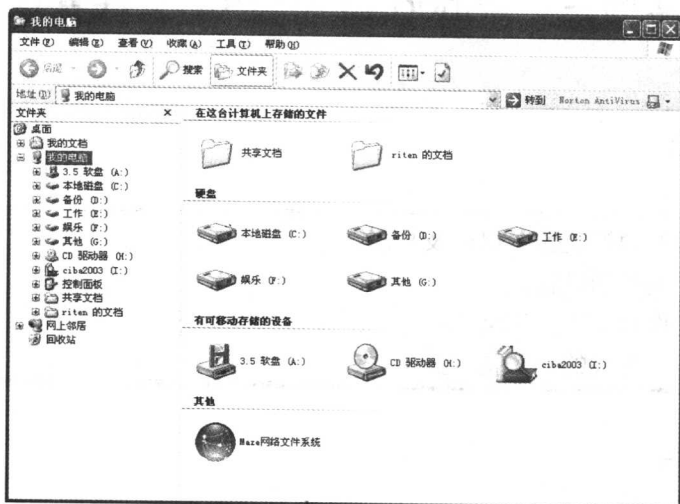


图 3-1 Windows XP 资源管理器窗口

注意: 某些文件夹包括保证计算机正常工作的重要文件。Windows 不会自动显示这些文件夹的内容以防止意外地移动或删除这些文件。若要查看这些文件夹的内容, 单击“显示文件”。

在窗口的标准按钮栏中单击  按钮, 弹出下拉菜单, 如图 3-2 所示。在该菜单中可以选择不同的文件和文件夹的显示方式。

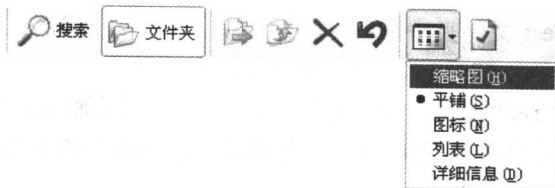


图 3-2 选择文件的显示方式

2. 对文件和文件夹进行基本操作

(1) 打开一个文件的方法有很多种, 可以鼠标左键双击该文件, 也可以右键单击该文件并在弹出菜单中选择“打开”命令。

(2) 通过选择资源管理器工具栏的“文件”→“新建”→“文件夹”命令可以创建一个新的文件夹, 如图 3-3 所示。或者直接选择右键弹出菜单中的“新建”命令也可以实现。

拷贝文件可以通过资源管理器工具栏的“编辑”菜单实现, 也可以右键单击目标文件, 在弹出菜单中先后选择“复制”和“粘贴”命令。Windows 默认的快捷键是 Ctrl+C (复制) 和 Ctrl+V (粘贴)。

(3) 重命名的方法也有很多种, 热键是 F2。压缩文件或文件夹需要软件支持, 例如 Winzip 或 WinRAR。如果安装了 WinRAR 软件, 那么右键单击要压缩的文件或文件夹, 在弹出菜单中就会出现“压缩”命令, 压缩过程如图 3-4 所示。