 普通高等教育“十二五”规划教材


# 计算机应用基础

( Office 2010高级应用 )

# 实训教程

主 编 邓毓政 程远航

文  
化  
课

  
北京  
师范  
大学  
出版  
集团  
北京  
师范  
大学  
出版  
社

普通高等教育“十二五”规划教材

# 计算机应用基础 (Office 2010高级应用) 实训教程

主 编 邓毓政 程远航  
副主编 赵家君 蒋 平 余 军  
参 编 (按章节排序)  
马良玉 赵家君 邓毓政  
江奇峰 臧绍刚 董秀芸

文  
化  
课

北京  
师范大学  
出版集团  
北京  
师范大学  
出版社

---

### 图书在版编目(CIP)数据

计算机应用基础实训教程: Office 2010 高级应用/邓毓政, 程远航主编. —北京: 北京师范大学出版社, 2015. 10

ISBN 978-7-303-19590-9

I. ①计… II. ①邓… ②程… III. ①办公自动化—应用软件—教材 IV. ①TP317.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 247172 号

---

营销中心电话 010-58802181 58805532  
北师大出版社职业教育分社网 <http://zjfs.bnup.com>  
电子信箱 [zhijiao@bnupg.com](mailto:zhijiao@bnupg.com)

---

出版发行: 北京师范大学出版社 [www.bnup.com](http://www.bnup.com)  
北京市海淀区新街口外大街 19 号  
邮政编码: 100875

印 刷: 大厂回族自治县正兴印务有限公司  
经 销: 全国新华书店  
开 本: 787 mm×1092 mm 1/16  
印 张: 11  
字 数: 245 千字  
版 次: 2015 年 10 月第 1 版  
印 次: 2015 年 10 月第 1 次印刷  
定 价: 25.00 元

---

策划编辑: 周光明	责任编辑: 周光明
美术编辑: 高霞	装帧设计: 高霞
责任校对: 陈民	责任印制: 陈涛

### 版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58808284

# 前言

本教材是《计算机应用基础(Office2010 高级应用)》(修订版)配套使用的实训指导教程,编写主要目的是便于学生学习与实践。实训内容紧扣主教材,力求基于理论,注重基本操作,强化综合操作和高级应用,能使学生在巩固基础知识、提高基本技能与高级应用等方面得到协同发展和提升。为了便于学生独立完成实验,提高学生的应用技能和解决实际问题的能力,本教材实验力求采取基于任务的设计思路,通过任务描述、任务分析或操作提示等形式,分步骤指导学生开展实训,也便于学生在教师指导或课后自主学习完成操作。

全书内容包括上机操作篇和习题测试篇两大部分,由贵州大学明德学院、贵州大学科技学院共同编写。上机操作篇总共安排了七章 27 个实验,包括计算机基础 2 个实验、Windows 7 操作系统 4 个实验,Word 2010 电子文档 6 个实验、Excel 2010 电子表格 5 个实验、PowerPoint 2010 演示文稿 3 个实验,Office 2010 信息管理应用 3 个实验、VBA 应用基础 4 个实验。其中,第一、二章由马良玉老师编写,第三章由赵家君老师编写,第四、五章由邓毓政老师编写,第六章由江奇峰老师编写,第七章由臧绍刚老师编写。习题测试篇安排了前六章的内容,以选择题、简答题为主,兼顾填空题、判断题等题型,来巩固学生学习的基础知识,其中第一、二、三章由董秀芸老师负责编写,第四、五章由邓毓政老师负责编写,第六章由江奇峰老师负责编写。

赵家君、邓毓政、程远航、蒋平、余军老师对全书内容进行了审阅和修改。贵州大学明德学院院长肖树新老师、贵州大学科技学院院长范泽均老师对本书的编写和出版给予了大力支持,贵州大学明德学院现代教育技术中心的其他同仁对教材的编写也给予了帮助,在此谨向他们表示衷心的感谢!

由于编者水平有限,且时间仓促,书中难免有不足之处,恳请广大师生和读者不吝指正。

编者  
2015 年 7 月

## 目 录

## 上机操作篇

## 第一章 计算机基础 ..... (3)

## 实验一 认识计算机 ..... (3)

一、实验目的 ..... (3)

二、实验内容 ..... (3)

三、操作步骤 ..... (3)

实验二 计算机的局域网设置与  
测试 ..... (6)

一、实验目的 ..... (6)

二、实验内容 ..... (6)

三、操作步骤 ..... (6)

## 第二章 Windows 7 操作系统 ..... (9)

实验一 Windows 7 文件与文件夹  
的操作 ..... (9)

一、实验目的 ..... (9)

二、实验内容 ..... (9)

三、实验步骤 ..... (9)

实验二 Windows 7 系统设置  
 ..... (14)

一、实验目的 ..... (14)

二、实验内容 ..... (14)

三、操作步骤 ..... (14)

实验三 Windows 7 高级操作  
 ..... (17)

一、实验目的 ..... (17)

二、实验内容 ..... (17)

三、操作步骤 ..... (17)

实验四 Windows 7 远程桌面与  
资源共享 ..... (20)

一、实验目的 ..... (20)

二、实验内容 ..... (20)

三、操作步骤 ..... (20)

## 第三章 Word 2010 电子文档 ..... (24)

实验一 新建文件、自定义功能区  
并保存文件 ..... (24)

一、实验目的 ..... (24)

二、实验内容 ..... (24)

三、操作步骤 ..... (25)

## 实验二 文本编辑 ..... (28)

一、实验目的 ..... (28)

二、实验内容 ..... (28)

三、操作步骤 ..... (30)

## 实验三 制作表格 ..... (36)

一、实验目的 ..... (36)

二、实验内容 ..... (37)

三、操作步骤 ..... (37)

## 实验四 图文混排 ..... (43)

一、实验目的 ..... (43)

二、实验内容 ..... (43)

三、操作步骤 ..... (44)

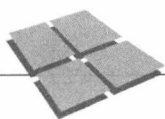
## 实验五 长文档排版 ..... (50)

一、实验目的 ..... (50)

二、实验内容 ..... (51)

三、操作步骤 ..... (51)

实验六 批量制作成绩通知单  
 ..... (57)



一、实验目的 .....	(57)	二、实验内容 .....	(97)
二、实验内容 .....	(57)	三、操作步骤 .....	(97)
三、操作步骤 .....	(58)	实验三 演示文稿综合训练与进阶	
<b>第四章 Excel 2010 电子表格</b> .....	(61)	提高 .....	(105)
<b>实验一 制作学生通讯录</b> .....	(61)	一、实验目的 .....	(105)
一、实验目的 .....	(61)	二、实验内容 .....	(105)
二、实验内容 .....	(61)	三、实验任务与操作步骤 .....	(105)
三、操作步骤 .....	(62)	<b>第六章 Office 2010 信息管理应用</b>	
<b>实验二 用公式、函数统计学生</b>		.....	(108)
<b>成绩</b> .....	(66)	<b>实验一 数据库和表的创建</b>	
一、实验目的 .....	(66)	.....	(108)
二、实验内容 .....	(66)	一、实验目的 .....	(108)
三、操作步骤 .....	(67)	二、实验内容 .....	(108)
<b>实验三 成绩表的排序、筛选与</b>		三、操作步骤 .....	(109)
<b>分类汇总</b> .....	(70)	<b>实验二 数据表的查询</b> .....	(113)
一、实验目的 .....	(70)	一、实验目的 .....	(113)
二、实验内容 .....	(70)	二、实验内容 .....	(113)
三、操作步骤 .....	(71)	三、操作步骤 .....	(113)
<b>实验四 用图表、透视表、透视图</b>		<b>实验三 利用 Outlook 2010 管理电</b>	
<b>直观统计数据</b> .....	(75)	<b>子邮件和日程</b> .....	(115)
一、实验目的 .....	(75)	一、实验目的 .....	(115)
二、实验内容 .....	(75)	二、实验内容 .....	(115)
三、操作步骤 .....	(76)	三、操作步骤 .....	(116)
<b>实验五 电子表格综合训练与进</b>		<b>第七章 VBA 应用基础</b> .....	(119)
<b>阶提高</b> .....	(78)	<b>实验一 录制、创建及管理宏</b>	
一、实验目的 .....	(78)	.....	(119)
二、实验内容 .....	(78)	一、实验目的 .....	(119)
三、实验任务及操作步骤 .....	(78)	二、实验内容 .....	(119)
<b>第五章 PowerPoint 2010 演示文稿</b>		三、操作步骤 .....	(119)
.....	(85)	<b>实验二 创建表格并初始化表格中</b>	
<b>实验一 制作“学校简介”演示文稿</b>		<b>数据和格式</b> .....	(122)
.....	(85)	一、实验目的 .....	(122)
一、实验目的 .....	(85)	二、实验内容 .....	(122)
二、实验内容 .....	(85)	三、操作步骤 .....	(122)
三、操作步骤 .....	(86)	<b>实验三 制作登录系统</b> .....	(123)
<b>实验二 给幻灯片设置动态与交</b>		一、实验目的 .....	(123)
<b>互效果</b> .....	(97)	二、实验内容 .....	(124)
一、实验目的 .....	(97)	三、操作步骤 .....	(124)

实验四 在 PowerPoint 2010 中 制作具有交互功能的选 择题 .....	(128)
一、实验目的 .....	(128)
二、实验内容 .....	(128)
三、操作步骤 .....	(128)

### 习题测试篇

第一章 计算机基础 .....	(133)
第二章 Windows 7 操作系统	

.....	(140)
第三章 Word 2010 电子文档 .....	(146)
第四章 Excel 2010 电子表格 .....	(153)
第五章 PowerPoint 2010 演示文稿 .....	(158)
第六章 Office 2010 信息管理应用 .....	(164)
参考答案 .....	(167)

---

# 上机操作篇

---





# 第一章 计算机基础

学习和使用计算机时，从一开始就需要建立正确的计算机系统的观点。计算机的组成不仅与硬件有关，而且还涉及了许多的软件技术。计算机系统的硬件只提供了执行命令的物质基础，而基于该硬件上的软件系统才最终决定了计算机能做什么，能提供什么服务。因此，了解计算机的软硬件系统，对于掌握计算机的基本工作原理，有效地利用计算机资源会有很大的帮助。

目前，在学习计算机基础知识过程中，会遇到一些常见问题，如计算机用的究竟是个什么样的硬件，这些硬件的性能指标都有哪些，计算机网络如何进行设置。本章实验将帮助学生如何查看当前系统的软硬件信息和基本的输入方法，并掌握计算机网络的基本设置，使学生在后续的学习中能更好地完成计算机相关的实验任务。

## 实验一 认识计算机

### 一、实验目的

1. 了解计算机系统的基本组成和配置；
2. 了解键盘的布局，熟悉键盘与软键盘的使用；
3. 熟悉基本中英文输入法的使用。

### 二、实验内容

通过打开计算机的基本属性窗口了解计算机的硬件信息以及基本的性能指标，观察键盘的布局，并能通过键名找到其在键盘上的位置，最后通过输入一段文字掌握中英文输入和部分特殊字符输入的方法。

### 三、操作步骤

#### 1. 查看计算机基本属性

步骤 1：右击“计算机”图标，在快捷菜单中选择“属性”，打开如图 1-1 所示窗口，记录如下信息：

处理器的型号：\_\_\_\_\_。

内存容量：\_\_\_\_\_。

操作系统类型：\_\_\_\_\_。

完整的计算机名：\_\_\_\_\_。

隶属的工作组或域：\_\_\_\_\_。

步骤 2：在如图 1-1 所示窗口的左框中单击“设备管理器”，打开“设备管理器”窗口，如图 1-2 所示，记录如下信息：

系统有几个处理器：\_\_\_\_\_。

网络适配器的型号：\_\_\_\_\_。

显示适配器的型号：\_\_\_\_\_。

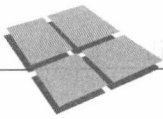


图 1-1 计算机的基本信息

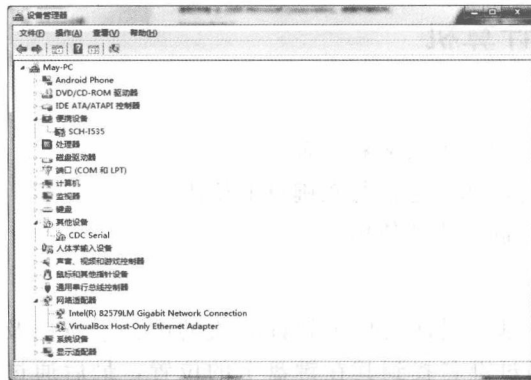


图 1-2 设备管理器

步骤 3: 在“计算机管理”窗口中, 查看当前系统中磁盘的分区信息, 并将相关内容记录在表 1-1 中。

表 1-1 磁盘分区信息

存储器	盘符	文件系统类型	容量	可用空间
磁盘 0	主分区			
	扩展分区			
	逻辑驱动器			

## 2. 熟悉基本输入方法

步骤 1: 指出键盘的四个分区: 主键盘区、功能键区、数据键区和控制键区。

步骤 2: 对照键盘填写表 1-2 中键上的标识信息。

表 1-2 键盘键名及键上标识

键名	键上标识	键名	键上标识
回车键		数字锁定键	
上挡键		退格键	
大小写锁定键		组合键(变换键)	
插入/改写转换键		删除键	
制表定位键		空格键	
退出键		打印屏幕键	

步骤 3: 打开“记事本”程序, 用“微软拼音输入法”, 输入下面方框内的内容, 并保存为 test.txt。

1946 年 2 月 5 日在计算机的发展历程中是一个有纪念意义的日子, 出于美国军方对弹道研究的计算需要, 世界上第一台电子计算机 ENIAC 问世。这个重达 30 吨, 由 18800 个电子管组成的庞然大物就是所有现代计算机的始祖。当然, ENIAC 成为“世界第一”是因为在此之前由于英国将著名数学家图灵帮助设计的, 用于破译密电的电子计算机 COLOSSUS 作为军事机密, 一直没有对外公布。图灵对计算机发展有卓越的贡献, 现今世界上计算机研究的最高成就奖就是以图灵命名的图灵奖, 也被称为计算机界的诺贝尔奖。

标点符号: ? ; , | ' : !

数学符号: + - × ÷ ≤ Σ > ≠ \* ∞ √

特殊符号: ★ → % ♂ § No △ ◎

**【提示】**当输入最后三行的一些特殊符号时, 需打开输入法的软键盘进行输入, 打开方法如下: 单击微软拼音输入法的功能菜单, 在弹出菜单中选择“软键盘”, 再选择需要的软键盘类型, 如图 1-3 所示。

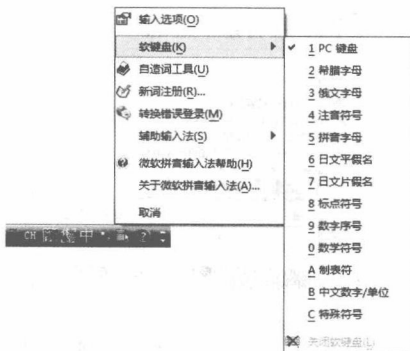
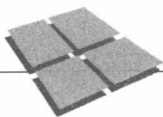


图 1-3 输入法软键盘设置

上机思考: 设备管理器中出现的多个处理器是怎样产生的?



## 实验二 计算机的局域网设置与测试

### 一、实验目的

1. 了解计算机实验室内计算机网络的拓扑结构；
2. 熟悉计算机网络信息的查看方法；
3. 掌握计算机网络常用命令 ipconfig、ping、tracert 的使用。

### 二、实验内容

观察并了解基本网络设备及网络连接的方法，并画出网络拓扑图。用图形窗口和命令行窗口分别查出计算机的网络配置信息，并比较两种方法不同的地方。用命令 ping 和 tracert 测试网络的连通性，观察测试结果，并比较两种命令的不同。

### 三、操作步骤

#### 1. 了解局域网的网络拓扑

通过实验室老师的介绍，并观察计算机实验室的网络设备，画出实验室的网络拓扑图。

#### 2. 计算机网络基本信息

步骤 1：打开“网络与共享中心”窗口，并单击“更改适配器设置”后，鼠标右键单击“本地连接”，然后在其快捷菜单中单击“属性”命令，打开“本地连接属性”对话框，选择“Internet 协议(TCP/IP)”→“属性”，如图 1-4 所示，查看并填写如下信息：

计算机的 IP 地址：\_\_\_\_\_。

子网掩码：\_\_\_\_\_。

默认网关：\_\_\_\_\_。

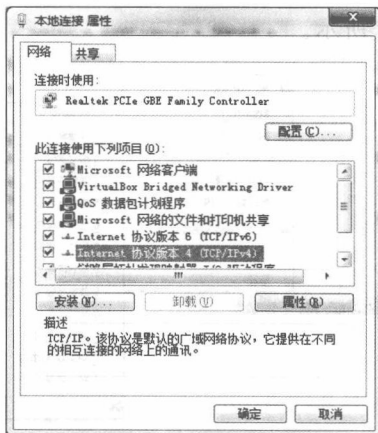


图 1-4 本地连接属性

步骤 2：单击开始菜单，在搜索输入框中输入“cmd”，回车后，打开如图 1-5 所示窗口，输入网络命令“ipconfig/all”查看计算机当前的网络配置。

主机名:

媒体状态:

网卡(MAC)地址:

IP 地址:

子网掩码:

域名服务器:

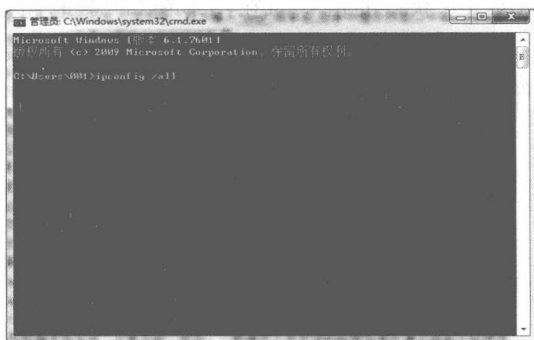


图 1-5 命令行窗口

### 3. 网络连通性测试

先打开命令行提示符窗口，再输入 ping 命令检查网络的连通性。

**【提示】**Ping 命令的主要参数使用语法：ping [-t][-a][-n count][-l length][-f][-r count]要测试的主机名或 IP 地址，每一个参数功能分别为：

-t：当你 ping 一个主机时系统会不停地运行 ping 这个命令，直到你按下 Ctrl+C 键。

-a：解析主机的 netbios 主机名，一般是在运用 ping 命令后的第一行就显示出来。

-n count：定义用来测试所发出的测试包的个数，缺省值为 4。

-l length：定义所发送缓冲区的数据包的大小，在默认情况下 Windows 的 ping 发送的数据包大小为 32Bytes，也可以自己定义，最大只能发送 65500Bytes。

-f：在数据包在发送“不要分段”标志，一般情况下所发送的数据包都会通过路由分段再发送给对方，加上此参数以后路由就不会再做分段处理。

-r count：在“记录路由”字段中记录传出和返回数据包的路由。通过此参数就可以设定你想探测经过的路由的个数。

步骤 1：测试与相邻计算机的连通性使用的命令是：

步骤 2：测试与网关的连通性使用的命令是：

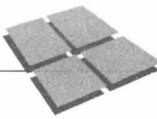
步骤 3：测试与贵州大学网站(域名为 www.gzu.edu.cn)的连通性使用的命令是：

步骤 4：在命令提示符窗口中使用 tracert 命令测试本机到腾讯网站(www.qq.com)的连通性，并查看中途经过的路由器列表，填写如下信息：

从本机到腾讯网站是否连通：是(是)(否)。

从本机到腾讯网站的数据包经过了\_\_\_\_\_个路由器。

第 1 个路由器的 IP 地址：\_\_\_\_\_。



腾讯网站的 IP 地址是：\_\_\_\_\_。

**【提示】**Tracert 命令的语法格式：tracert 域名或 IP 地址。

### 上机思考：

1. 同一实验室内两台相邻的计算机的上述网络设置是否相同，能否设置相同的 IP 地址，当将两台计算机的 IP 地址设置相同后，会发生些什么呢？请用实验进行验证。
2. 通过命令“ipconfig/all”获得的信息与在图形窗口“本地连接属性”下获得的信息有哪些不同呢？
3. 用 tracert 命令查到的结果中第一个路由器和默认网关有什么关系？

## 第二章 Windows 7 操作系统

操作系统是计算机所有硬件和软件的大管家，因此计算机的使用最基本的就是操作系统的熟练操作。通过本章的学习与实验，学生应该掌握 Windows 7 的文件管理、程序管理、计算机管理以及基本网络应用的相关操作。

### 实验一 Windows 7 文件与文件夹操作

#### 一、实验目的

1. 掌握文件夹与文件的新建、重命名、复制、剪切与粘贴；
2. 练习文件的基本搜索方法；
3. 熟悉文件的删除与回收站的使用方法。

#### 二、实验内容

在 E 盘根目录下创建如图 2-1 所示的文件夹结构，用记事本新建一个 txt 文件并保存在 txt 文件夹下以及用画图程序在 png 文件夹下保存桌面的屏幕抓图图片。搜索计算机内的多媒体文件，查看搜索结果，练习文件和文件夹的单选、连续选和间隔选的方法，并自主变化搜索条件，熟悉文件搜索的特性以及搜索条件的保存。最后练习删除操作，并对回收站进行文件还原、清空、属性设置等操作。

#### 三、实验步骤

##### 1. 文件与文件夹的创建、重命名

步骤 1：右击“开始”菜单，在弹出菜单中单击“打开 Windows 资源管理器”，进入资源管理器窗口，如图 2-2 所示。

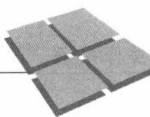


图 2-1 实验完成后的文件夹结构



图 2-2 Windows 资源管理器





步骤 2: 选择左框中的“本地磁盘(E:)”, 在右框中的空白处右击, 在弹出的菜单中选择“新建”→“文件夹”菜单项, 如图 2-3 所示。

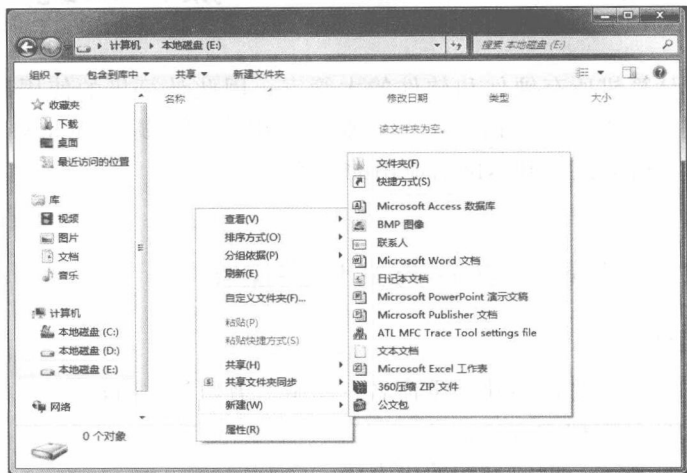


图 2-3 新建文件夹

步骤 3: 在“新建文件夹”的方框中输入“实验”, 并按回车键, 如图 2-4 所示。注意, 如果“新建文件夹”方框已不在输入状态, 无法输入, 可以右击方框, 在弹出的菜单中选择“重命名”, 再输入文件夹名。

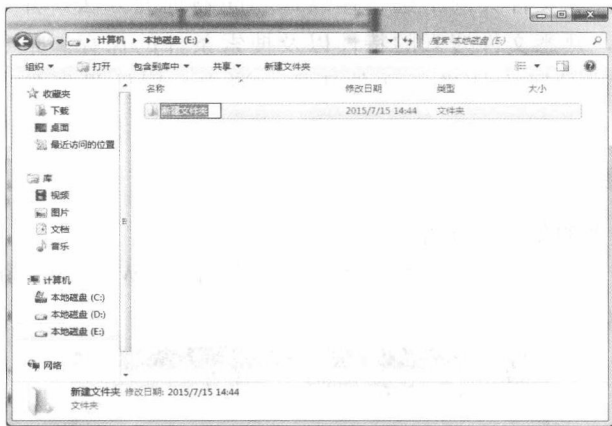


图 2-4 文件夹重命名

步骤 4: 在资源管理器的左框中选中刚建立的文件夹“下载”, 用上述步骤 2 和步骤 3, 逐个建立子文件夹“软件”、“音频”、“视频”、“文本”, 如图 2-5 所示。

步骤 5: 重复步骤 2、步骤 3 在各个子文件夹中进一步建立下层的子文件夹。

步骤 6: 单击“txt”文件夹, 在空白处单击鼠标右键, 单击弹出菜单中的“新建”→“文本文档”, 在“新建文本文档”的方框中输入“云计算”, 并按回车键。再双击“云计算”文件, 这时将打开记事本应用程序, 在记事本窗口中输入如图 2-6 所示内容, 保存并退出。