

（高职高专院校各专业适用）

计算机基础实训指导

逢秀娟 主编



天津科学技术出版社

计算机基础 实训指导

(高职高专院校各专业适用)

逢秀娟 主编

天津出版传媒集团

天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

计算机基础实训指导 / 逢秀娟主编. —天津:
天津科学技术出版社, 2013.3
ISBN 978-7-5308-7771-5

I. ①计… II. ①逢… III. ①电子计算机—高等学校
—教学参考资料 IV. ①TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 034244 号

责任编辑:宋庆伟

装帧设计:薛 芹 晓 君

责任印制:王 莹

天津出版传媒集团 出版
 天津科学技术出版社

出版人:蔡 颢

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话:(022)23332379(编辑室) 23332393(发行部)

网址:www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

河北省雄县鑫鸿源印业有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 16.25 字数 260 000

2013 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

定价:30.00 元

编者名单

主 编 逢秀娟

副主编 冯 兰 李建霞

编 者 薛 莲 张革华 孙英姝 张建武



前言

计算机基础是高职院校各专业学生的一门公共基础课，是对高职院校学生进行计算机基础知识普及教育的一门课程。

高等职业教育以培养技能型人才为根本任务，以适应社会发展的需求。为了适应高职高专教育的发展，培养更多、更好的满足社会需要的高级技能型人才，适应教育改革和教材建设的需要，我们编写了这本书。

随着计算机技术的发展和普及，高职院校面临的教学对象也变得较为复杂。有些学生已经掌握较为丰富的计算机知识，而有些学生因条件限制，并没有受过系统的计算机基础的教育，这些情况对计算机基础课程的教学提出了更高的要求。为配合计算机基础课程的教学，帮助学生更好地掌握计算机基础知识，具备一定的操作能力，能够解决实际问题，我们编写了《计算机基础实训指导》一书来配合教材的使用。

本书是《计算机基础》教材的配套实训指导书。全书共分为十六个实训内容：一、英文录入；二、中文录入；三、使用 Windows 操作系统；四、制作简报；五、制作简历；六、绘制奥运宣传画；七、制作试卷；八、制作成绩表；九、成绩计算及图表使用；十、成绩统计与分析；十一、利用邮件合并功能制作成绩通知单；十二、演示文稿的创建、编辑及使用；十三、使用 IE 及收发电子邮件；十四、杀毒软件和压缩软件的使用；十五、图片管理软件 ACDSee 的使用；十六、Movie Maker 的使用。其中，每个实训内容都包括本次实训应完成的任务、应掌握的知识点、必要的操作步骤指导及操作过程中的一些技巧和方法。实训的编写以知识点为基础，通过具体案例来讲解操作步骤，以巩固所学知识点，使学生既掌握计算机的基本理论知识又具有一定的计算机操作能力，达到预期的教学目标。每个实训最后的“知识拓展”提出了更高一步的学习及操作的目标。

根据教育部文件精神，我们按照突出技能性、应用性、实践性的原则编写这本教材。教材涉及最常用的计算机基础知识和常用工具软件的使用，重点突出，通过具体要求实例进行讲解、精心设计上机步骤和练习，采用项目导向、教学做一体化的教学模式，将理论知识和实际操作有机地结合起来。充分体现了高职高专教学的特色，突出实用性、操作性，便于教与学，让读者很快能掌握相应的知识和技能。

本书是高职高专院校各专业学生学习计算机基础课程的配套教材，也可作为社会培训班及在职职工的培训教材和参考书。

本书在编写过程中，得到了领导和教研室老师的大力支持，并提出了许多宝贵的意见和建议，在此表示感谢！

由于编者水平有限，书中的疏漏和不足之处，恳请读者和专家批评指正！

编者

2012年12月



目 录

实训一 英文录入·····	1
实训二 中文录入·····	3
实训三 使用Windows 操作系统·····	11
实训四 制作简报·····	30
实训五 制作简历·····	48
实训六 绘制奥运宣传画·····	66
实训七 制作试卷·····	83
实训八 制作成绩表·····	101
实训九 成绩计算及图表使用·····	119
实训十 成绩统计与分析·····	136
实训十一 利用邮件合并功能制作成绩通知单·····	147
实训十二 演示文稿的创建、编辑及使用·····	156
实训十三 使用IE及收发电子邮件·····	171
实训十四 杀毒软件和压缩软件的使用·····	182
实训十五 图片管理软件ACDSee的使用·····	195
实训十六 Movie Maker的使用·····	209
参考文献·····	220

实训一 英文录入

一 任务背景

某同学初学计算机基础课程，要求用正确的指法做英文录入练习。

二 知识储备



图1-1 键盘

(一) 认识键盘

整个键盘分五个小区，功能键区、状态指示区、主键盘区、编辑键区和辅助键区（数字键区）。主键盘区包括英文字母键（A~Z）、数字键（0~9）、符号键（! @ #等）、控制键（换档键，大/小写英文字母转换键，制表定位键，退出键，回车键，退格键，转换键，控制键）等。

(二) 基准键

基准键：主键盘区中间一行的八个键位（A、S、D、F、J、K、L、；）。基准键是手指的常驻键，每个手指击键后，应快速回到基准键上，再击其他键。在F、J键两键上各有一个突起的圆点或小横杠作为标记，通过此标记可在键盘上快速定位手指。

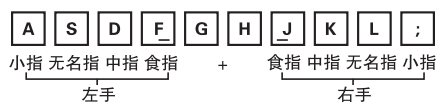


图1-2 基准键与手指对应位置



（三）键盘手指分工

准备打字时，除拇指外其余的八个手指分别放在基准键上，用左右手的食指定位，拇指放在空格键上，十指分工，包键到指，分工明确。每个手指除了指定的基准键外，还分工其他的字键，称为范围键，如图1-3所示。



图1-3 键位指法

（四）数字键区

在5键有一个突起的圆点或小横杠作为标记，将右手中指放在此基准键上，通过此标记可在键盘上快速定位手指。用小键盘输入数据时，可用左手翻阅资料，右手击键。

（五）正确的操作姿势

身体要坐正，并稍稍往前倾，双脚平放；两肩放松，两臂自然下垂，大臂与小臂约成 90° 角；手腕平直，手指自然弯曲，四指轻放在基准键上。击键要轻快、有弹性，不可用力过大；操作时两眼应看稿件或屏幕，不要盯着键盘。



操作要领

用合适的打字软件做英文文章的录入练习。

1. 左右手指放在基准键位上，击完其他键迅速返回原位。打字练习时必须集中精力，做到手脑眼协调一致，不看键盘。

2. 打字是一种技术，要经过大量实践才能熟练掌握，训练时要做到循序渐进。可先集中练习基准键的八个键位，再逐步加入其他键练习，然后再进行全键盘练习。采用重复式的练习方式。

3. 文章练习注意事项

（1）英文文章每句第一个字母大写，宜用<Shift>键配合输入；若连续大写字母较多，宜用<Caps Lock>键转换后输入；在用<Shift>键的时候，要注意左右手的配合，右手用<Shift>键配合左手击键，左手用<Shift>键配合右手击键。

（2）按空格键，用左手或右手拇指。

（3）按“退格”键及“回车”键，均应使用右手的小指击键，击键时注意右手的食指不要离开基准键。

（4）数字、字母的全角/半角的转换：按<Shift+空格>组合键。

实训二 中文录入

一 任务背景

利用一种中文输入法进行中文录入练习，掌握所用输入法的使用技巧，提高中文的录入速度。

二 知识储备

1. 中文输入法的概念

中文输入法是中文信息处理的主要技术。中文输入法一般是指中文的键盘输入法，还有其他输入方法如手写输入、语音输入、OCR（光学字符识别技术）等，此类输入法也能实现流畅的中文输入。

2. 中文输入法简介

（1）微软拼音输入法

微软拼音输入法是一种智能型的拼音输入方法，采用拼音作为汉字的录入方式。该方法可以连续输入语句的拼音，系统会显示出拼音所对应的最可能的汉字。

（2）全拼输入法

全拼输入法需要输入汉字的完整拼音。对于出现的同音字列表，需通过数字选取，确定需要输入的汉字。

（3）智能ABC输入法

智能ABC输入法具有丰富的词库，允许输入长词或短句，具有自动记忆功能。

（4）搜狗拼音输入法

搜狗拼音输入法是搜狗（www.sogou.com）推出的一种基于搜索引擎技术的新一代输入法。

下面简单介绍一下搜狗输入法的使用。

全拼输入

全拼输入是拼音输入法中最基本的输入方式。用全拼方式输入文字时，只需在输入窗口输入完整的拼音，然后，选择你需要的内容即可。

简拼输入

简拼是输入声母或声母的首字母来进行文字录入的一种方式，例如：输入“计算机科学技术”，只需输入“jsjkxjs”后，选择你需要的文字内容，如图2-1所示。这种方法可以提高输入效率。搜狗输入法支持全拼、简拼的混合输入方式。



图2-1 简拼输入示意





设置翻页键

搜狗输入法默认的翻页键是“逗号、句号”等，你也可以进行自定义设置。首先，点击进入功能菜单，如图2-2所示，然后，单击“设置属性”→“按键”命令，在“按键”对话框中的“翻页键”选项里进行自定义设置即可。

候选词的个数及外观的选择

在图2-2中，单击“设置属性”→“外观”命令选项，在这里，你可以设置候选词的个数并选择候选词的字体、字号、颜色等。在外观属性设置中，还可以选择自己喜欢的皮肤外观，如图2-3所示。通过搜狗网站可以随时下载新的皮肤外观。

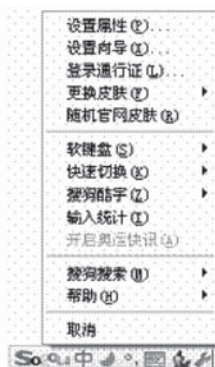


图2-2 功能菜单

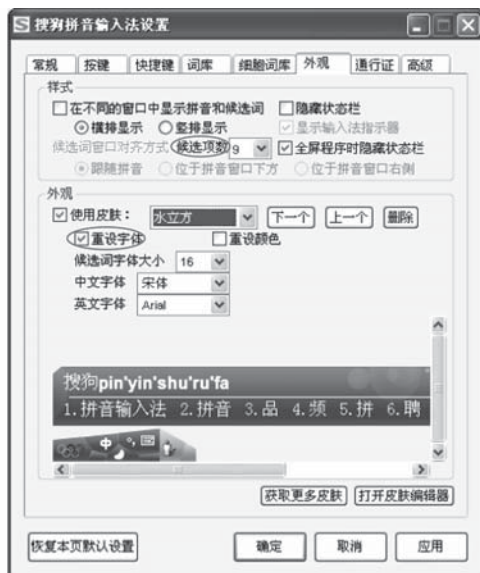


图2-3 “外观设置”选项卡

英文输入

- 在中文输入状态下，按下<Shift>键就可切换到英文输入状态。
- 用鼠标点击状态栏上的“中”字图标也可以进入英文输入状态。
- 用“回车”键输入英文：在中文状态下，直接输入英文，最后按“回车”键。
- “V”模式输入英文：在中文状态下，先输入“V”键，然后再输入英文，最后按“空格”键即可。

“U”模式笔画输入

对于不会读的字可以采用U模式笔画输入法。当遇到不认识的字，可以先输入“U”键，然后依次输入这个字的笔顺，笔顺为：横(h)、竖(s)、撇(p)、捺(n)、折(z)，小键盘上的“1”“2”“3”“4”“5”也代表h、s、p、n、z。输入时一定要注意笔顺。

例如，输入“垚”字，首先，输入“U”键，然后依次输入“垚”字的笔顺，如图2-4所示，最后，选择数字2即可。

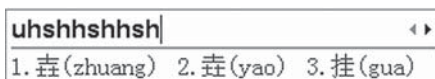


图2-4 “U”模式输入

(5) 五笔字型输入法

五笔字型输入法的特点

五笔字型是著名汉字信息处理专家王永民教授在五笔画基础上进一步完善的一种更高效的汉字输入法，与拼音类输入法不同，它完全根据汉字的字形结构来进行编码。如果遇到不会念的字，只要知道它的字形结构是什么，就可将其输入计算机。该方法使用广泛，是许多部门录入人员必须掌握的输入法之一。

五笔字型拆分取码的五项原则

- 按书写顺序，从左到右，从上到下，从外到内取码的原则。
- 以基本字根为单位取码的原则。
- 一、二、三、末字根，最多取四码的原则。
- 汉字拆分取大优先的原则。
- 末笔与字型交叉识别的原则。

五笔字型字根表

86版五笔字根表

金车儿人 丁勹勹勹 勹勹勹勹 35 Q	人儿人 八勹勹 34 H	月用月 勹勹勹 33 E	白手扌 勹勹勹 32 R	禾禾禾 勹勹勹 31 T	言文方 勹勹勹 41 Y	立六六 勹勹勹 42 U	水水水 勹勹勹 43 I	火业火 勹勹勹 44 O	之之之 勹勹勹 45 P
工戈七 勹勹勹 15 A	木木木 勹勹勹 14 S	大犬古 勹勹勹 13 D	土土土 勹勹勹 12 F	王王王 勹勹勹 11 G	目目目 勹勹勹 21 H	日目日 勹勹勹 22 J	口口口 勹勹勹 23 K	田甲四 勹勹勹 24 L	
Z	幺幺幺 勹勹勹 55 X	又又又 勹勹勹 54 C	女刀九 勹勹勹 53 U	子了也 勹勹勹 52 B	巳巳巳 勹勹勹 51 N	山由贝 勹勹勹 25 M	<		

98版五笔字根表

金车儿人 丁勹勹勹 勹勹勹勹 35 Q	人儿人 八勹勹 34 H	月用月 勹勹勹 33 E	白手扌 勹勹勹 32 R	禾禾禾 勹勹勹 31 T	言文方 勹勹勹 41 Y	立六六 勹勹勹 42 U	水水水 勹勹勹 43 I	火业火 勹勹勹 44 O	之之之 勹勹勹 45 P
工戈七 勹勹勹 15 A	木木木 勹勹勹 14 S	大犬古 勹勹勹 13 D	土土土 勹勹勹 12 F	王王王 勹勹勹 11 G	目目目 勹勹勹 21 H	日目日 勹勹勹 22 J	口口口 勹勹勹 23 K	田甲四 勹勹勹 24 L	
Z	幺幺幺 勹勹勹 55 X	又又又 勹勹勹 54 C	女刀九 勹勹勹 53 U	子了也 勹勹勹 52 B	巳巳巳 勹勹勹 51 N	山由贝 勹勹勹 25 M	<		

三 操作步骤

使用中文输入法完成下面文章的录入，注意端正坐姿，掌握技巧，提高中文的录入速度。





练习文章

计算机科学是一门包含各种各样与计算和信息处理相关主题的系统学科，从抽象的算法分析、形式化语法等等，到具体的主题如编程语言、程序设计、软件和硬件等。作为一门学科，它与数学、计算机程序设计、软件工程和计算机工程有显著的不同，却通常被混淆，尽管这些学科之间存在不同程度的交叉和覆盖。

计算机科学的课题是：计算机程序能做什么和不能做什么（可计算性）；如何使程序更高效的执行特定任务（算法和复杂性理论）；程序如何存取不同类型的数据（数据结构和数据库）；程序如何显得更具有智能（人工智能）；人类如何与程序沟通（人机互动和人机界面）。

计算机科学的大部分研究是基于“冯·诺依曼计算机”和“图灵机”的，它们是绝大多数实际机器的计算模型。计算机科学根植于电子工程、数学和语言学，是科学、工程 and 艺术的结晶。它在20世纪最后的三十年间兴起成为一门独立的学科，并发展出自己的方法与术语。

计算机科学领域的最高荣誉是ACM设立的图灵奖，被誉为是计算机科学的诺贝尔奖。它的获得者都是本领域最为出色的科学家和先驱。华人中首获图灵奖的是姚期智先生。他于2000年以其对计算理论做出的诸多根本性的、意义重大的贡献而获得这一崇高荣誉。

四 知识拓展

1. 汉字输入中的常用快捷键

(1) 输入法切换

按<Ctrl+Shift>组合键，可在已装入的输入法之间进行切换。

(2) 打开/关闭输入法

按<Ctrl+Space>组合键，可实现中、英文输入法间的切换。

(3) 全角/半角切换

按<Shift+Space>组合键，可进行全角和半角间的切换。

(4) 中、英文标点符号切换

按<Ctrl+>（小圆点）键，可实现中、英文标点符号间的切换。

2. 快速输入汉字偏旁

汉字录入时，有时只需要录入汉字的偏旁，这时，你可以切换到全拼输入法，直接输入汉字偏旁的拼音，然后选择所需的汉字偏旁即可。这种方法适用于快速输入常用的偏旁，特殊偏旁则可以用五笔输入法或搜狗输入法的“U”模式输入。

3. 利用软键盘输入符号

利用微软拼音输入法或搜狗拼音输入法的软键盘可以快速输入符号。例如，输入符号“\$”。首先，点击搜狗输入法的软键盘按钮，然后，单击右键，选择特殊符号类型。最后，点击选择你所需要输入的符号“\$”即可，如图2-5所示。

4. 输入系统日期和时间

搜狗输入法提供了一些方便的输入方式。例如，在中文状态下，输入“sj”，你会看到自动显示系统的时间，如图2-6所示，通过选择序号就可以快速输入日期和时间。



图2-5 软键盘使用

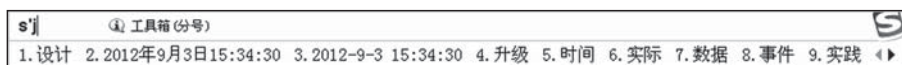


图2-6 输入系统时间

同样方法，输入“xq”，则显示系统星期。

5. 搜狗输入法中自定义短语的使用

自定义短语即通过特定字符串来输入常用文本。例如：通过简拼输入“bjdjsj”，就可录入“北京交通大学计算机及应用专业”。自定义短语设置的步骤是：首先，切换到搜狗输入法，点击进入“设置属性”的“高级”选项卡中，然后，点击“自定义短语设置”，在“自定义短语设置”对话框中，单击“添加新定义”，在随后弹出的对话框中添加自定义短语及其对应的缩写字母，如图2-7所示，最后，单击确认并保存即可。

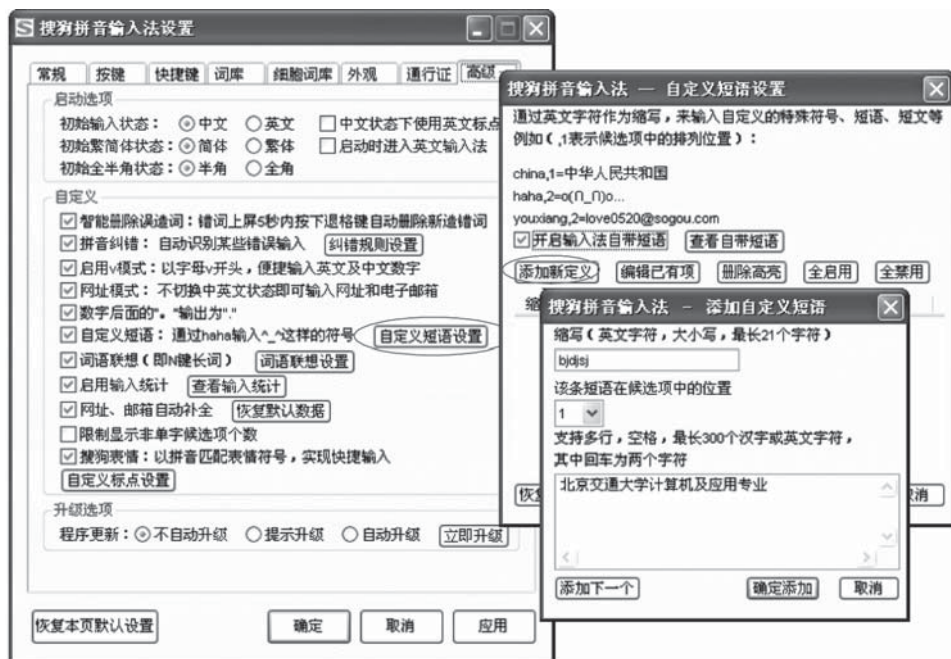


图2-7 自定义短语设置





6. “V”模式输入技巧

搜狗输入法的“V”模式非常实用，在使用前需先启用“V”模式。下面我们介绍一下“V”模式中的一些输入技巧。需在全拼模式下使用。

(1) 输入大写的数字金额

例如：录入大写的数字金额“陆仟捌佰柒拾贰元伍角玖分”，先输入“V”，然后再输入6872.59即可。

(2) 输入年份

先输入<V>，然后再输入2009.8.1、2009-8-1或2009n8y1r都可以录入“2009年8月1日”。

(3) 在中文状态下直接输入常用网址

在中文状态下，可以直接输入以www、http、ftp、telnet等开头的网址。

7. 拆字辅助码

在文字录入时，有些汉字的数字选择码非常靠后，不容易找到。如果需要录入的汉字可以拆成两部分，拆字辅助码可以让你快速的定位到要录入的汉字。例如：输入“臻”字，可以先输入该字的拼音“zhen”，然后按下<Tab>键，再输入“臻”字的两部分“至”“秦”的首字母zq，就能快速输入“臻”字了，如图2-8所示。



图2-8 拆字辅助码示意

8. 如何设置固定首位功能

在搜狗输入法中，可以将拼音下的某一候选项固定在首位，即固定首字功能。当你输入拼音后，找到需要固定在首位的候选项，将鼠标定位在候选字词上之后，就会出现固定首位项，选择固定首位即可。如图2-9所示。



图2-9 固定首位设置

9. 怎样快速输入姓名

在搜狗输入法中，要想快速输入常用名，可以选择如下方法：首先，键入需要输入姓名的拼音，然后，点击“更多人名”的提示后选择你想要的人名。如图2-10所示。



图2-10 姓名模式

10. 如何快速输入生僻字

在阅读文字时，我们有时会遇到类似于淼、垚、犇、犇、犇、犇、犇这样的字，如果不知



道这些字的读音而通过笔画输入则非常慢，在搜狗输入法中可以通过拆分方式来完成这些生僻字的输入，即直接输入这个生僻字组成部分的拼音。例如：输入“羊羊羊”即可输入“𦍋”。如图2-11所示。

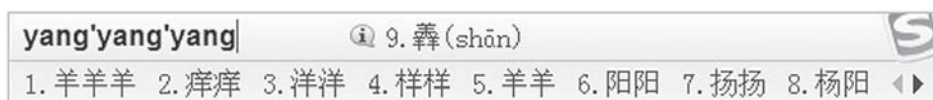


图2-11 拆分输入

11. 如何进行双拼输入

在搜狗输入法中，提供了双拼输入功能，双拼输入就是用定义好的单个字母代替多字母的声母或韵母来进行输入的一种方法。如图2-12所示，例如，如果用“V”代替“zh”，“S”代替“ong”，当需要输入汉字“中”时，用双拼输入法只需键入两个字母“VS”即可。双拼输入可以减少击键次数，但是需要记忆字母所在的键位。如果使用双拼输入，需要在设置属性时将双拼项选上，双拼方案也可以自定义。

双拼输入中，选择“双拼展开提示”后，会在输入的双拼后面给出其代表的全拼拼音提示。选择“双拼下同时使用全拼”后，双拼和全拼将可以同时存在。

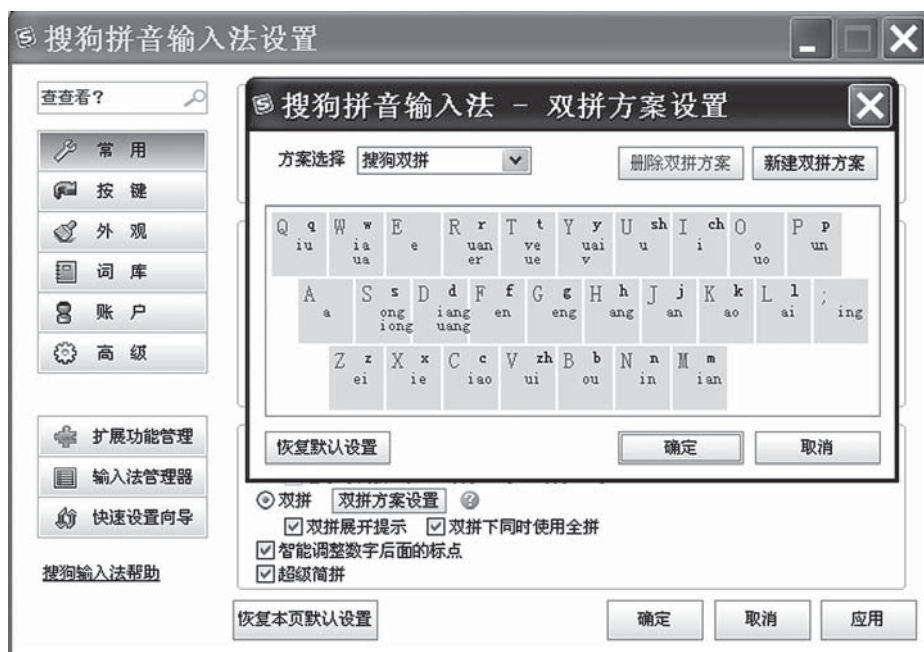


图2-12 双拼输入

12. 86版五笔字型二级简码表

为了提高输入汉字的速度，对常用汉字只取其前一个、前两个或前三个字根构成简码。因为末笔识别码总是在全码的最后位置，因此，简码的设计十分方便，会减少在输入过程中的击键次数。二级简码的输入方法是取第一和第二个字根代码，再按“空格键”。因此可以快速录入汉字。





86版五笔字型二级简码表

	G	F	D	S	A	H	J	K	L	M	T	R	E	W	Q	Y	U	I	O	P	N	B	V	C	X
G	五	于	天	末	开	下	理	事	画	现	玫	珠	表	珍	列	玉	平	不	来		与	屯	妻	到	互
F	二	寺	城	霜	载	直	进	吉	协	南	才	垢	圾	夫	无	坟	增	示	赤	过	志	地	雪	支	
D	三	夺	大	厅	左	丰	百	右	历	面	帮	原	胡	春	克	太	磁	砂	灰	达	成	顾	肆	友	龙
S	本	村	枯	林	械	相	查	可	楞	机	格	析	极	检	构	术	样	档	杰	棕	杨	李	要	权	楷
A	七	革	基	苛	式	牙	划	或	功	贡	攻	匠	菜	共	区	芳	燕	东	芝		世	节	切	芭	药
H	睛	睦	睚	盯	虎	止	旧	占	卤	贞	睡	脾	肯	具	餐	眩	瞳	步	眯	瞎	卢	眼	皮	此	
J	量	时	晨	果	虹	早	昌	蝇	曙	遇	昨	蝗	明	蛤	晚	景	暗	晃	显	晕	电	最	归	紧	昆
K	呈	叶	顺	呆	呀	中	虽	吕	另	员	呼	听	吸	只	史	嘛	啼	吵	喧		叫	啊	哪	吧	哟
L	车	轩	因	困		四	辍	加	男	轴	力	斩	胃	办	罗	罚	较	磷	边		思	团	轨	轻	累
M	同	财	央	朵	曲	由	则		崭	册	几	贩	骨	内	风	凡	赠	峭	迪		岂	邮	凤	疑	
T	生	行	知	条	长	处	得	各	务	向	笔	物	秀	答	称	入	科	秒	秋	管	秘	季	委	么	第
R	后	持	拓	打	找	年	提	扣	押	抽	手	折	扔	失	换	扩	拉	朱	搂	近	所	报	扫	反	批
E	且	肝	须	采	肛		胆	肿	肋	肌	用	遥	朋	脸	胸	及	胶	膛	爱		甩	服	妥	肥	脂
W	全	会	估	休	代	个	介	保	佃	仙	作	伯	仍	从	你	信	们	偿	伙		亿	他	分	公	化
Q	钱	针	然	钉	氏	外	旬	名	甸	负	儿	铁	角	欠	多	久	匀	乐	炙	铎	包	凶	争	色	
Y	主	计	庆	订	度	让	刘	训	为	高	放	诉	衣	认	义	方	说	就	变	这	记	离	良	充	率
U	闰	半	关	亲	并	站	间	部	曾	商	产	瓣	前	闪	交	六	立	冰	普	帝	决	闻	妆	冯	北
I	汪	法	尖	洒	江	小	浊	澡	渐	没	少	泊	肖	兴	光	注	洋	水	淡	学	沁	池	当	汉	涨
O	业	灶	类	灯	煤	粘	烛	炽	烟	灿	烽	煌	粗	粉	炮	米	料	炒	炎	迷	灿	籽	娄	炅	糴
P	定	守	害	宁	宽	寂	审	宫	军	宙	客	宾	家	空	宛	社	实	宵	灾	之	官	字	安	它	
N	怀	导	居		民	收	慢	避	惭	届	必	怕		愉	懈	心	习	悄	屡	忱	忆	敢	恨	怪	尼
B	卫	际	承	阿	陈	耻	阳	职	阵	出	降	孤	阴	队	隐	防	联	孙	耿	辽	也	子	限	取	陞
V	姨	寻	姑	杂	毁		旭	如	舅	妯	九	奶		婚		妨	嫌	录	灵	巡	刀	好	妇	妈	姆
C	骗	对	参	骠	戏		骠	台	劝	观	矣	牟	能	难	允	驻			驼		马	邓	艰	双	
X	线	结	顷	红		引	旨	强	细	纲	张	绵	级	给	约	纺	弱	纱	继	综	纪	弛	绿	经	比