

高职高专公共基础课规划教材

GAOZHIGAOZHUAN GONGGONG JICHUKE GUIHUA JIAOCAI



计算机应用基础 实训指导

吕 岩 主编



中国电力出版社

<http://jc.cepp.com.cn>

高职高专公共基础课规划教材

GAOZHIGAOZHUAN GONGGONG JICHUKE GUIHUA JIAOCAI



计算机应用基础 实训指导

主 编 吕 岩
副主编 俞 明
编 写 胡 颖 李 谦
主 审 密君英



中国电力出版社

<http://jc.cepp.com.cn>

内 容 提 要

本书为高职高专公共基础课规划教材。

本书共分7章,设计实训题目27个,通过介绍案例的操作步骤,讲解计算机基础知识、Windows操作系统、Word 2007文字处理软件、Excel 2007电子表格处理软件、PowerPoint 2007电子文稿制作软件、计算机网络以及常用工具软件等。为便于读者学习,每个实训题目后均附有“实践与提高”操作题目,通过“任务驱动”,强化理论知识的理解,提高计算机应用技能。本书编写力求体现实用性和操作性,实例丰富、图文并茂、语言精练、深入浅出。

本书可作为高职高专院校计算机基础课程实训指导教材,也可作为广大电脑爱好者学习的自学教材或参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

计算机应用基础实训指导 / 吕岩主编. —北京:中国电力出版社, 2010.7

高职高专公共基础课规划教材

ISBN 978-7-5123-0554-0

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

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第114665号

中国电力出版社出版、发行

(北京三里河路6号 100044 <http://jc.cepp.com.cn>)

汇鑫印务有限公司印刷

各地新华书店经售

*

2010年8月第一版 2010年8月北京第一次印刷

787毫米×1092毫米 16开本 9.5印张 224千字

定价 15.50元

敬告读者

本书封面贴有防伪标签,加热后中心图案消失

本书如有印装质量问题,我社发行部负责退换

版 权 专 有 翻 印 必 究

前言

计算机应用基础是高等学校各专业的一门重要公共基础课，教学目标是使学生掌握计算机的基础知识和基本技能，培养学生综合应用计算机解决实际问题的能力，为学生后续相关课程的学习打下基础，提高学生以计算机为工具解决本专业及相关应用领域中问题的能力。

本书是《计算机应用基础教程》的配套教材，同时又具独立性，充分考虑了高等职业教育的培养目标、教学现状和发展方向。在编写中突出了应用性和能力培养。大量具体的操作步骤、实践应用技巧、接近实际的实训教材保证了本书的应用性。本书在编写过程中，从课程教学和实际应用出发，借鉴相关课程教学改革的经验 and 成果，对实训的安排十分有特色，不只是讲解实训本身，完成本次实训任务，而且注重实训几个方面的内容。“实训目的与要求”模块是完成实训应该掌握的知识；“实训内容与步骤”模块是实训应该完成的内容，以及完成本次实训应该具有的知识和一般方法；“实践与提高”模块给出了一些实际操作题目，使学生通过实践掌握操作方法。

本书由营口职业技术学院老师编写，吕岩担任主编，俞明担任副主编。吕岩编写了第1、2、4章，俞明编写了第3章，胡颖编写了第6、7章，李谦编写了第5章。

本书由苏州农业职业技术学院密君英副教授担任主审。在本书编写过程中，营口职业技术学院的领导给予了大力支持，同行们也提出了许多宝贵的意见和建议，同时还参考了许多专家学者的文献资料。在此一并致谢。

由于编者水平有限，书中难免存在疏漏和错误之处，敬请广大读者批评和指正。编者的E-mail 为 ykdxluyan@163.com。

编者

2010年2月

目 录

前言

第 1 章 计算机基础知识	1
实训 1.1 认识微型计算机	1
实训 1.2 微型计算机硬件的组装	4
第 2 章 Windows 操作系统	8
实训 2.1 Windows XP 的基本操作	8
实训 2.2 文件夹和文件的管理操作	13
实训 2.3 系统设置操作	20
实训 2.4 Windows 内置应用程序操作	24
实训 2.5 中英文录入	28
第 3 章 Word 2007 文字处理软件	35
实训 3.1 Word 2007 文档的编辑与格式化	35
实训 3.2 Word 2007 文档版面设置	39
实训 3.3 Word 2007 表格处理	43
实训 3.4 Word 2007 图文处理	47
第 4 章 Excel 2007 电子表格处理软件	54
实训 4.1 Excel 2007 电子表格的基本操作	54
实训 4.2 Excel 2007 数据运算操作	59
实训 4.3 Excel 2007 中数据管理操作	66
实训 4.4 Excel 2007 中图表制作	77
第 5 章 PowerPoint 2007 演示文稿制作软件	84
实训 5.1 PowerPoint 2007 演示文稿和幻灯片的基本操作	84
实训 5.2 PowerPoint 2007 幻灯片中多媒体对象的操作	91
实训 5.3 PowerPoint 2007 幻灯片中表格和图表对象的操作	95
实训 5.4 PowerPoint 2007 幻灯片的美化、放映与发布	101
第 6 章 计算机网络	110
实训 6.1 计算机局域网的应用	110
实训 6.2 Internet Explorer 7.0 的使用	114
实训 6.3 电子邮件的使用	119
实训 6.4 信息搜索与文件下载	122

第 7 章 常用工具软件	126
实训 7.1 系统工具软件的使用	126
实训 7.2 杀毒软件的使用	132
实训 7.3 网络工具软件的使用	135
实训 7.4 多媒体工具软件的使用	139
参考文献	143

第 1 章

计算机基础知识

实训 1.1 认识微型计算机

【知识要点】

微型计算机的各部分器件外观；性能指标及作用。

【实训目的与要求】

- (1) 了解微型计算机的组成。
- (2) 熟悉各主要部件的外观。
- (3) 掌握显示器的调节方法。

【实训内容与步骤】

1. 观察微型计算机外观

(1) 观察微型计算机，认识主机、显示器、键盘和鼠标等。微型计算机外观如图 1-1 所示。



图 1-1 微型计算机外观

(2) 观察主机箱正面面板，指出电源开关、复位按钮、光盘驱动器、USB 及其他部件插口。主机箱正面面板如图 1-2 所示。

(3) 观察主机箱背面面板，查看电源插口、键盘插口、鼠标插口以及连接显示器、并行打印机、网线等的插口。主机箱背面面板如图 1-3 所示。

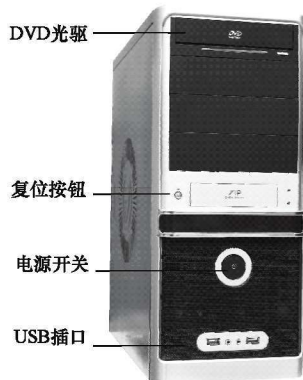


图 1-2 主机箱正面面板

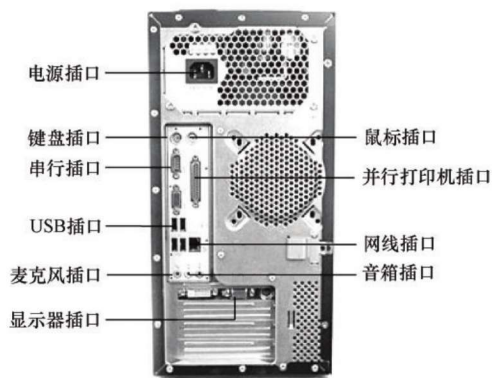


图 1-3 主机箱背面面板

2. 识别主机箱内的主要部件

(1) 准备好组装计算机硬件常用的工具, 包括十字螺丝刀、一字螺丝刀、镊子、尖嘴钳等。在教师指导下, 打开主机箱。

(2) 认识主板。在主机箱内, 观察主板上面的芯片组、CPU 插座、电源插座、内存条插槽、PCI 总线扩展插槽、AGP 显卡插槽、键盘和鼠标接口以及外部接口插槽。主板外观如图 1-4 所示。

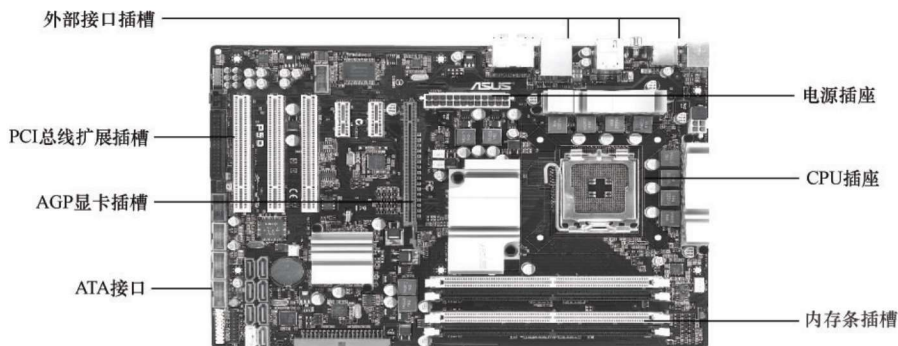


图 1-4 主板

(3) 认识中央处理器 (CPU)。在主机箱内, 查看 CPU, 记录型号。CPU 外观如图 1-5 所示。

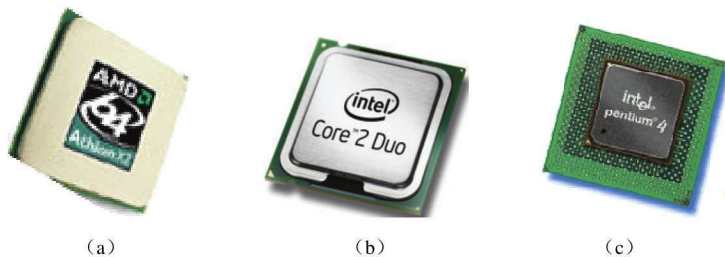


图 1-5 CPU

(a) AMD 处理器; (b) 酷睿处理器; (c) 奔腾处理器

(4) 认识内存。在主机箱内, 查看内存, 记录型号、大小。内存外观如图 1-6 所示。

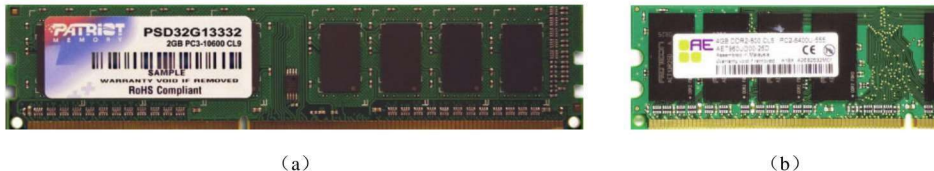


图 1-6 内存

(a) 2GB PC3; (b) 4GB PDR2

(5) 认识硬盘驱动器和光盘驱动器。在主机箱内, 观察硬盘和光盘驱动器, 查看型号、数据线和电源线接口。磁盘驱动器外观如图 1-7 所示。



图 1-7 磁盘驱动器
(a) 硬盘；(b) 光盘驱动器

(6) 认识适配器。在主机箱内，观察显示卡、声卡、网卡等，记录型号。显示卡、声卡和网卡外观如图 1-8 所示。

说明：有的微型计算机采用主板集成的显示卡、声卡和网卡，降低了整机的成本。

(7) 认识电源。在主机箱内，观察电源，查看电源的接线。电源外观如图 1-9 所示。

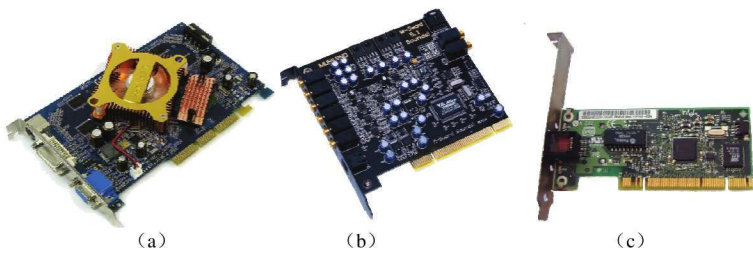


图 1-8 显示卡、声卡和网卡
(a) 显示卡；(b) 声卡；(c) 网卡



图 1-9 电源

(8) 根据步骤 (1) ~ (7) 的操作，填写表 1-1。

表 1-1 微型计算机硬件设备情况

部 件 名 称	型 号	部 件 名 称	型 号
处理器 (CPU)		光盘驱动器	
主板		显示卡	
内存		声卡	
硬盘		网卡	

3. 显示器的调节

(1) 认识显示器面板上的电源开关及调节按钮。显示器调节按钮如图 1-10 所示。



图 1-10 显示器调节按钮

(2) 使用显示器上的调节按钮, 将显示器中图像大小、位置及亮度等调节到合适状态。

【实践与提高】

通过市场调研确定微型计算机配置方案, 填写表 1-2。

要求: 根据最新市场报价, 提供满足用户学习和娱乐需求各 2 种计算机配置方案, 一种是经济型的, 一种为豪华型的。

表 1-2 组装微型计算机配置清单

序号	部 件 名 称	型号	是否主板集成	价格 (元)
1	机箱与电源			
2	主板			
3	CPU			
4	内存			
5	显卡			
6	显示器			
7	硬盘			
8	光驱			
9	声卡			
10	键盘			
11	鼠标			
12	刻录机			
13	网卡			
14	音箱			
15	其他			
总计				

实训 1.2 微型计算机硬件的组装

【知识要点】

微型计算机接口及连线; 开机与关机; 外部设备。

【实训目的与要求】

- (1) 熟悉微型计算机各部件的接口, 掌握各部件的连线方法。
- (2) 掌握计算机正确的开机、关机方法。
- (3) 了解常用的计算机外部设备。

【实训内容与步骤】

1. 微型计算机硬件的组装

(1) 准备好十字螺丝刀、一字螺丝刀、镊子、尖嘴钳子等主要工具。

(2) 熟悉主板上的接口。如图 1-4 所示, 查看 CPU 插座、内存条插槽、主板电源接口、CPU 电源接口、PCI 扩展插槽、IDE 设备插槽、SATA 硬盘接口, AGP 插槽或者 PCI-E 插槽、CPU 或显示卡散热器电源接口等。

(3) 在主板的 CPU 插座中安装 CPU，其上安装散热风扇。注意在安装时用硅胶使其连接紧密。

(4) 在主板的内存插槽中安装内存条。

(5) 打开机箱，将主板固定到机箱的托板上。

(6) 卸下机箱的接口挡条，在 AGP 或 PCI-E 接口中安装显示卡。同样操作，在 PCI 插槽中安装声卡与网卡。

(7) 将硬盘、光驱在机箱上特定的位置进行固定。连接硬盘和光驱，硬盘、光驱的接口包括数据线接口和电源线接口，其中硬盘分别为 IDE 接口与 SATA 接口两种规格。将 IDE 硬盘、光驱的数据线接口经过连线与主板的 IDE 接口相连接，对于 SATA 接口硬盘，其数据线接口需经过连线与主板上提供的 SATA 接口连接。



提示：在选购硬盘时，应注意观察主板上是否支持 SATA 接口，否则就不能选购 SATA 接口硬盘。

(8) 将电源固定在机箱内，电源通过内部的变压器将交流电转换为低压直流电，为主板和外存储设备供电。电源输出插头有 20 芯主板电源接头、4 芯 CPU 电源接头、4 芯 IDE 接头等，还有专为显示卡提供的 6 芯接头，将主板各部件接口与电源接头连接。

(9) 主机箱面板的连接。主机箱面板上有电源指示灯、硬盘指示灯、前置 USB 接口、电源开关和复位按钮等，用连线将其与主机箱面板上的 POWER SW、RESET SW、POWER LED、SPEAKER、HDD LED、前置 USB 接口以及 COM 串行口外置接口等相连接。主机箱面板连线如图 1-11 所示，连线与主机箱面板插口的对应关系见表 1-3。

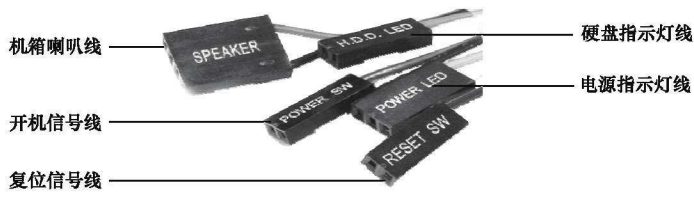


图 1-11 主机箱面板连线

表 1-3 连线与主机箱插口的对应关系

连 线	标 注	作 用	连线颜色	主板插口
开机信号线	POWER SW	连接开机按钮	白色和红色	PWR
复位信号线	RESET SW	连接 RESET 按钮	蓝色和白色	RESET
硬盘指示灯线	POWER LED	提示硬盘工作状态	白色和红色	HDD LED
机箱喇叭线	SPEAKER	开机声音报警	黑色和红色	PWR

(10) 将机箱封盖，机箱内部连接完成。

2. 微型计算机机箱外的接口与连接

(1) 参照实训 1.1 中的图 1-3，熟悉机箱外接口。

(2) 将显示器连接到 VGA 接口。

- (3) 连接键盘与鼠标。
- (4) 连接打印机到并行口。
- (5) 连接音箱、麦克风及其他 USB 设备，如扫描仪、数码相机等。

3. 开机

- (1) 检查微型计算机各部件、设备连接和安装是否正确。
- (2) 打开外部设备（显示器、打印机）电源开关。

(3) 按下主机箱上的电源开关（通常标记为“Power”），系统首先进行硬件自检，然后自动对内存进行测试，稍后自动启动操作系统。



提示：打开计算机电源后，可按下“DEL”键进入计算机的 CMOS 程序，检测计算机识别到的硬件信息。

4. 关机

- (1) 从光驱取出光盘。
- (2) 退出操作系统，关闭主机。
- (3) 关闭外部设备（如显示器、打印机等）的电源。



提示：在 Windows 操作系统中，当退出操作系统时，大多数情况电源自动关闭。

5. 常用外设的使用

(1) 打印机的使用。

1) 打印机是微型计算机可选的输出设备，主要用于办公环境下文档的打印。打印机主要有针式打印机、喷墨打印机与激光打印机三种类型，打印机的外观如图 1-12 所示。

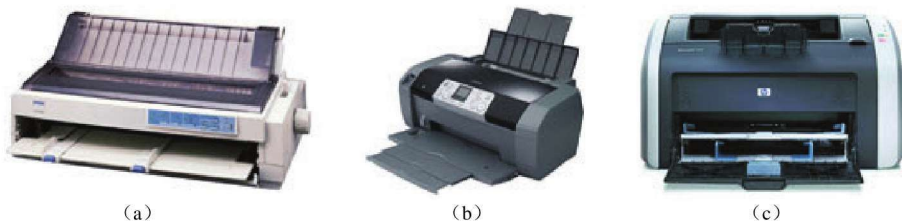


图 1-12 打印机

(a) 针式打印机；(b) 喷墨打印机；(c) 激光打印机

2) 将打印机数据线与主机并行口（或 USB 接口）连接，打开打印机电源开关，打开主机开关，启动计算机，观察计算机启动时打印机的响应。

3) 在打印机纸架上放置纸张，打印文件（或照片），观察打印机的工作过程和打印效果。



提示：三种打印机，各有适用的环境及其优缺点。如果条件允许，分别用针式、喷墨和激光打印机进行打印，比较打印速度和打印效果。

(2) 扫描仪的使用。

1) 扫描仪是微机可选的输入设备,其功能是将纸张上的图形图像输入到微机中去。扫描仪的核心元器件是 CCD 的感光元件,其外观如图 1-13 所示。

2) 将扫描仪通过 USB 线与主机连接,打开电源开关。

3) 抬起扫描仪的上盖,放入一张待扫描的照片。

4) 设置不同的分辨率多次扫描同一张照片,观察扫描速度。

5) 将在不同分辨率下扫描的照片分别打印输出,比较照片效果。



图 1-13 扫描仪

(3) 音箱的使用。

1) 音箱是微机的可选输出设备,按图 1-3 将音箱与主机连接,打开音箱电源开关。

2) 在光盘驱动器中放入 CD 盘(或 VCD 盘)播放音乐,分别通过音箱上的音量调节按钮和 Windows 桌面上的音量控制按钮调节音量。

【实践与提高】

1. 微型计算机组装

根据实训 1.1 中确定的微型计算机配置方案,组装个人用微型计算机,或对现在微型计算机进行重新组装。

2. 微型计算机外设的使用

在微型计算机上连接耳麦、摄像头、U 盘等外部设备,并进行测试使用。

第 2 章

Windows 操作系统

实训 2.1 Windows XP 的基本操作

【知识要点】

桌面；窗口；对话框；菜单；工具栏。

【实训目的与要求】

- (1) 掌握 Windows XP 操作系统的启动与退出方法。
- (2) 掌握 Windows XP 操作系统桌面的组成及基本操作。
- (3) 掌握 Windows XP 操作系统窗口的组成及基本操作。
- (4) 掌握 Windows XP 操作系统菜单的类型及基本操作。
- (5) 掌握 Windows XP 操作系统应用程序的启动和退出方法。

【实训内容与步骤】

1. Windows XP 操作系统的启动与退出

(1) Windows XP 操作系统的启动。打开显示器等外部设备电源后，再打开微机主机电源，系统自动启动 Windows XP 操作系统，显示用户登录界面，单击用户图标，自动进入 Windows XP 操作系统桌面，如图 2-1 所示。

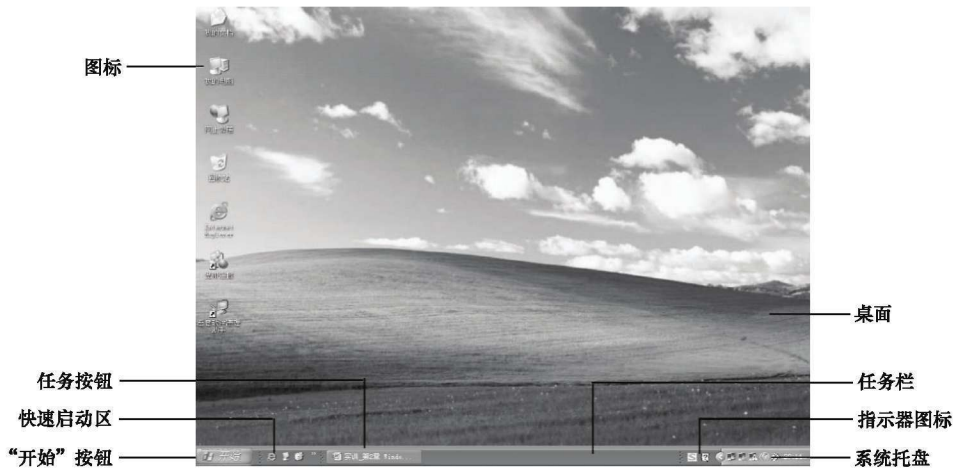


图 2-1 Windows XP 操作系统桌面



提示：如果 Windows XP 操作系统的管理员用户 (Administrator) 设置了口令，或设置了其他用户和口令，单击用户图标时，需在弹出的文本框中输入正确的密码，按“Enter”键后进入 Windows XP 操作系统桌面。当以不同的用户身份登录系统时，呈现的桌面也会有所不同。

(2) Windows XP 操作系统的退出。单击“开始”按钮，从“开始”菜单中选择“关闭计算机”命令，打开“关闭计算机”对话框，单击“关闭”按钮，退出 Windows XP 操作系统，同时自动关闭主机电源，如图 2-2 所示。



图 2-2 Windows XP 操作系统的退出

(a) 开始菜单；(b) “关闭计算机”对话框



提示：退出 Windows XP 操作系统时，如果有修改但没有保存的文档，系统会提示用户进行保存。

2. 桌面对象操作

(1) 图标操作。操作步骤如下：

1) 移动图标。将鼠标指针指向“我的电脑”图标，拖动鼠标，将图标移动到桌面右上角释放鼠标。同样操作将“回收站”图标移动到桌面左下角，“我的文档”图标移动到桌面中央。

2) 排列图标。在桌面空白处右击鼠标，弹出快捷菜单，将指针指向“排列图标”命令，弹出下一级子菜单，分别选择“名称”、“大小”、“类型”、“修改时间”命令，重新排列桌面图标，观察图标位置的变化，如图 2-3 所示。



图 2-3 排列图标快捷菜单



提示：在图 2-3 中，选中“自动排列”复选框，则桌面图标处于自动排列状态，此时移动图标，图标自动从左向右排列，不再停留在桌面任意位置。

3) 创建桌面快捷方式图标（以画图为例）。创建桌面快捷方式图标操作方法很多，操作时可选择以下方法之一：

① 单击“开始”按钮，移动鼠标到“程序”→“附件”→“画图”处，右击鼠标，从弹出的快捷菜单中，选择“发送到”→“桌面快捷方式”命令，如图 2-4 所示。

② 按住“Ctrl”键拖动鼠标到桌面空白处，释放鼠标和键盘，则在桌面创建了启动“画图”的快捷方式图标。



图 2-4 创建桌面快捷方式



提示：在桌面空白处右击鼠标，从弹出的桌面快捷菜单中，选择“新建”→“快捷方式”命令，打开“创建快捷方式”向导对话框，按向导提示也可创建桌面快捷方式。

此外，图标的操作还包括删除和重命名等，这些操作将在文件和文件夹操作中重点练习。

(2) “任务栏”操作。操作步骤如下：

1) 设置“任务栏”自动隐藏。右击任务栏空白区域，从弹出的快捷菜单中选择“属性”命令，打开“任务栏和开始菜单属性”对话框。在“任务栏”选项卡上，选中“自动隐藏任务栏”复选框，单击“应用”或“确定”按钮，如图 2-5 所示，此时“任务栏”设置为自动隐藏，即只有当鼠标移动到任务栏所在区域时，任务栏才会显示。

2) 设置“任务栏”位置。将鼠标移动到“任务栏”空白处，拖动鼠标到桌面的右侧，此时随鼠标出现一个虚线框，释放鼠标，则“任务栏”被移动到桌面的右侧。同样操作，可将“任务栏”移动到桌面的左侧或上部。

3) 设置“任务栏”大小。将鼠标指向“任务栏”的边缘，当指针变为“↑↓”形状时，在垂直

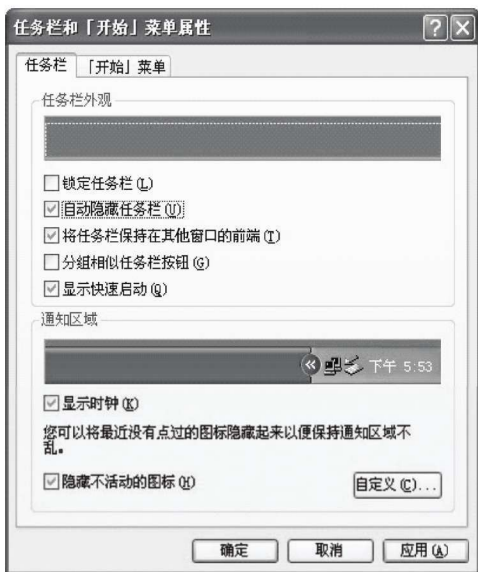


图 2-5 “任务栏和开始菜单属性”对话框

方向拖动鼠标，此时随鼠标移动出现一个虚线框，当调整大小约为 2cm 高时，释放鼠标。同样操作，将“任务栏”调整为不同的高度。



说明：一般情况下，“任务栏”位于桌面的下方，约 1 厘米宽。

3. 窗口操作

(1) 打开窗口。在桌面上分别双击“我的电脑”图标、“我的文档”图标，先后打开“我的电脑”、“我的文档”窗口，如图 2-6 所示。

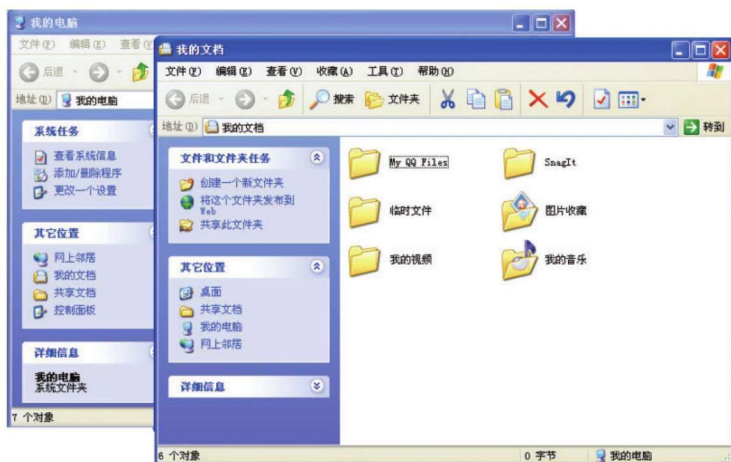


图 2-6 窗口



说明：当打开一个窗口后，此窗口为活动窗口，窗口标题栏为蓝色，“任务栏”上会出现相应的窗口按钮，且为按下状态。当再打开一个窗口后，新打开窗口成为活动窗口，先前的活动窗口变成非活动窗口，标题栏变为灰蓝色，“任务栏”上的按钮变为弹起状态。

(2) 切换窗口。单击“我的电脑”窗口上任意位置，或双击“任务栏”上“我的电脑”按钮，使“我的电脑”窗口成为活动窗口。同样操作，切换窗口，使“我的文档”窗口成为活动窗口。



注意：任何时刻活动窗口只有一个，位于最顶层，覆盖其他窗口，用户操作窗口必须是活动窗口。

(3) 移动窗口。将鼠标移动到“我的电脑”窗口的标题栏上，拖动鼠标，将窗口移动到合适位置后释放鼠标，同样操作移动“我的文档”窗口到合适位置。

(4) 窗口大小的调整。操作步骤如下：

1) 最大化窗口。单击“我的电脑”窗口右上角的“最大化”按钮，窗口占满全屏，同时该按钮变为“还原”按钮；或双击任务栏上“我的电脑”按钮，也可使窗口最大化。

2) 还原窗口。单击“我的电脑”窗口右上角的“还原”按钮，窗口还原，同时该按钮变为“最大化”按钮。

3) 最小化窗口。单击“我的电脑”窗口的“最小化”按钮，窗口缩小显示为“任务栏”上的一个按钮；或直接单击“任务栏”上的“我的电脑”窗口按钮也可把窗口最小化。

4) 任意调整窗口大小。将光标移动到“我的电脑”窗口的边框或四角位置，当鼠标指针变为“↑↓”、“←→”、“↖↗”、“↘↙”形状时拖动鼠标，将窗口调整到合适的大小。



注意：窗口最大化或最小化后，不能使用鼠标拖动的方法调整窗口的大小或移动窗口的位置。