

计算机基础课程系列教材

大学计算机 应用基础上机指导

田富鹏 主编
徐淑梅 马效敏 编著



机械工业出版社
China Machine Press

计算机基础课程系列教材

大学计算机 应用基础上机指导

田富鹏 主编
徐淑梅 马效敏 编著



机械工业出版社
China Machine Press

本书是《大学计算机应用基础》配套的上机指导教材，由长期从事计算机应用基础课教学的教师编写，旨在加强计算机应用课程的实践环节，让读者有针对性地上机练习，达到完全掌握所学知识的目的。

全书共分为7章35个实验，每个实验由实验目的、实验任务、实验指导和实验作业4部分组成，实验作业是供读者在课后自行练习以便进一步巩固和提高所用。读者通过学习教材和上机指导内容，将具备计算机基本应用能力。

版权所有，侵权必究。

本书法律顾问 北京市展达律师事务所

图书在版编目（CIP）数据

大学计算机应用基础上机指导/田富鹏主编. —北京：机械工业出版社，2005.9
(计算机基础课程系列教材)

ISBN 7-111-17320-1

I. 大… II. 田… 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（2005）第099834号

机械工业出版社（北京市西城区百万庄大街22号 邮政编码 100037）

策划编辑：武恩玉

责任编辑：武恩玉

北京牛山世兴印刷厂印刷·新华书店北京发行所发行

2005年9月第1版第1次印刷

787mm×1092mm 1/16·12印张

印数：0 001-7 000册

定价：18.00元

凡购本书，如有倒页、脱页、缺页，由本社发行部调换

本社购书热线：（010）68326294

前 言

计算机科学技术的迅猛发展与广泛应用正在极大地推动人类社会的进步。我们的生产、生活、工作和学习方式正在经历着根本性的变革，一场空前的信息革命方兴未艾。计算机的应用已经遍及各行各业，渗透到社会生活的各个方面。在这种形势下，掌握计算机的基本技能和基本应用技术已经成为当今信息社会对各类专门人才的基本要求；计算机基础知识及应用也已经成为高等学校各个专业的一门重要的基础课。学习计算机应用的关键在于上机实践，如果没有合适的上机实验指导教材，很难让学生真正掌握计算机应用的基本技能和操作。为了配合《大学计算机应用基础》教材，我们组织长期从事计算机应用基础课教学的教师编写了《大学计算机应用基础上机指导》教材供广大读者使用，旨在加强计算机应用课程的实践环节，让读者有目的地上机练习，以达到完全掌握所学知识的目的。

全书共分为7章35个实验，每个实验由实验目的、实验任务、实验指导和实验作业4部分组成。实验作业是供学习者在课后自行练习以便进一步巩固和提高所用。第2、3、4、5、6章实验练习所需文件以“计算机基础上机指导实验用文件”为名存放在以下网页上：<http://www.xbmu.edu.cn/jczy>（西北民族大学）、<http://www.hzbook.com>（机械工业出版社华章分社），读者可以随时下载。

本书由田富鹏教授担任主编，第1、5、6、7章由马效敏编写，第2、3、4章由徐淑梅编写，全书由田富鹏统稿审定。本书在编写过程中得到了西北民族大学教务处和现代教育技术学院有关领导和同事的大力支持，在此深表谢意。

由于时间仓促、作者水平有限，书中难免存在缺点和错误，请同行和广大读者批评指正。

编 者

2005年7月16日

使用说明

本书中的部分实验需要使用与之相配套的练习文件，这些文件以“计算机基础上机指导实验用文件”为名存放在以下网页上，请读者自行下载。

<http://www.xbmu.edu.cn/jczy>（西北民族大学）

<http://www.hzbook.com>（机械工业出版社华章分社）

以下是以西北民族大学网站为例下载和安装“实验用文件”的方法：

- 启动IE，在IE地址栏中输入<http://www.xbmu.edu.cn/jczy>，弹出网页；
- 单击“计算机基础上机指导实验用文件”，弹出下载窗口；
- 选择保存文件夹位置为“我的文档”后下载该文件；
- 下载完成后在“我的文档”中找到“计算机基础上机指导实验用文件”并双击，弹出解压窗口；
- 设置解压路径为“C:\实验用文件”（即默认文件夹），单击【确定】开始解压；
- 完成后在C盘根目录下会出现“实验用文件”，安装完毕。

该文件夹下共有Windows、Word、Excel、PowerPoint、FrontPage五个文件夹，分别存放了相应各章的实验用文件。

目 录

前言

使用说明

第1章 计算机基础知识	1
实验一 键盘练习——金山打字2003	2
实验二 反病毒软件的使用——瑞星2005	9
第2章 中文Windows XP	15
实验三 Windows XP的基本操作	16
实验四 文件或文件夹管理（一）	23
实验五 文件或文件夹管理（二）	27
实验六 Windows XP的磁盘管理	31
实验七 设置Windows XP的系统环境	34
实验八 Windows XP附件的使用	38
第3章 中文Word 2003	41
实验九 Word 2003基础知识	42
实验十 Word 2003文档的基本操作	44
实验十一 文本格式化	50
实验十二 段落格式化	58
实验十三 表格的制作与编辑	66
实验十四 图形对象	71
实验十五 文档打印	77
实验十六 常用工具的使用	79
实验十七 综合练习	82
第4章 电子表格Excel 2003	89
实验十八 Excel 2003基本操作	90
实验十九 编辑工作表	94
实验二十 格式化与管理工作表	97
实验二十一 公式与函数的使用	104
实验二十二 图形与图表操作	107
实验二十三 数据管理与分析	113
实验二十四 页面设置及打印	120
实验二十五 综合练习	123
第5章 PowerPoint 2003	131
实验二十六 PowerPoint 2003的基本操作	132
实验二十七 PowerPoint 2003的素材添加	136

实验二十八 PowerPoint 2003的动画方案	140
实验二十九 PowerPoint 2003链接、放映及输出	144
第6章 计算机网络与Internet	149
实验三十 IP地址配置与网络共享	150
实验三十一 使用IE浏览器上网	155
实验三十二 搜索引擎与文件下载	159
实验三十三 电子邮箱的申请与使用	163
实验三十四 使用FrontPage 2003制作网页	169
第7章 多媒体技术与应用	177
实验三十五 使用ACDSee管理和简单处理图像	178
参考文献	184

第 1 章

计算机基础知识

本章概要



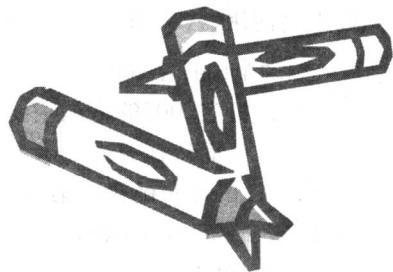
键盘练习

——金山打字2003



反病毒软件的使用

——瑞星2005



实验一 键盘练习——金山打字2003

实验目的

1. 熟悉和掌握计算机键盘上各键的功能。
2. 熟练地掌握英文输入方法。
3. 逐步训练并达到较高的输入速度。
4. 学习和掌握Windows下应用程序的启动方法。

实验任务

1. 学会使用CAI软件——金山打字2003。
 - (1) 启动金山打字2003。
 - (2) 用户登录。
 - (3) 认识金山打字2003的各按钮及其功能。
 - (4) 退出金山打字2003。
2. 输入指法与基本英文字母输入练习。
 - (1) 学习和掌握输入指法要领。
 - (2) 主键盘各键位输入练习。
 - (3) 小键盘数字键练习。
 - (4) 综合练习。

实验指导

现在用于训练中、英文输入法及指法的软件很多,本实验选用的是金山公司的金山打字2003。这是一款在Windows下集教学、训练、测试等功能于一体的计算机CAI软件,通过该软件可进行键盘输入指法、英文输入法、拼音输入法、五笔字型输入法的学习和训练,使同学们掌握正确的输入方法,养成正确的键盘指法,从而拥有较高的键盘中、英文输入速度。

本实验只要求学习和掌握英文字母及小键盘数字的输入。

1. 学会使用CAI软件——金山打字2003。

(1) 启动金山打字2003

启动金山打字2003的方法主要有两种:

方法一: 桌面快捷方式

如图1-1,鼠标左键双击桌面上“金山打字2003”图标。

方法二: Windows开始菜单启动方式

如图1-2,单击【开始】→【所有程序】→【金山打字2003】→【金山打字2003】。

提示: 本书中约定:“【】”表示窗口中的按钮,“[]”表示菜单中的选项。

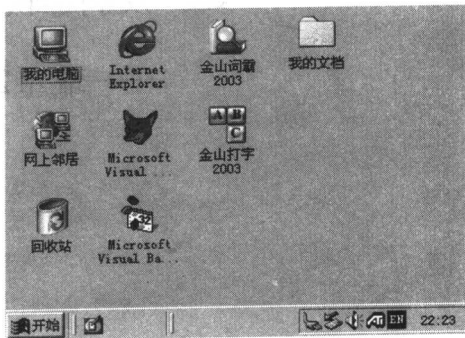


图1-1 桌面上的金山打字2003快捷方式

金山打字2003启动后会出现如图1-3所示的主界面及登录对话框。

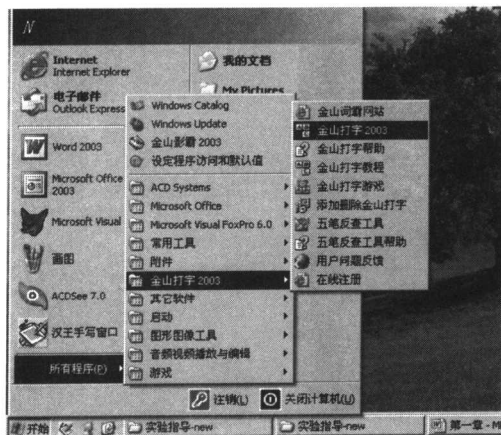


图1-2 利用Windows系统开始菜单启动金山打字2003



图1-3 金山打字2003的用户登录对话框

(2) 用户登录

金山打字2003要求使用该软件的每位用户在使用前进行登录,通过登录姓名,金山打字2003会记录每位用户使用金山打字2003的过程与练习进度,以便给予用户更好的使用帮助,引导用户在尽可能短的时间内掌握正确的指法和获得最快的输入速度。

登录方法:

- 第一次使用: 第一次使用金山打字2003的用户需要给自己取一个名字并在“用户登录”窗口中输入,然后单击【登录】或按键盘上的Enter键完成登录。

建议: 为便于操作,同学们在给自己取名字时,尽量使用英文或拼音。

- 再次使用: 在登录窗口中选择自己的名字,然后单击【登录】,或直接双击自己的名字完成登录过程。

登录后会弹出“学前测试”窗口(如图1-4),通过这里的测试功能,一方面同学们可以了解自己目前已有的输入速度,另一方面,金山打字2003还会根据测试后的结果给用户提出建议,建议同学们应从哪个打字模块开始进行练习。初次使用时同学们应该单击【否】。

完成登录过程后进入金山打字2003主界面窗口中。

(3) 认识金山打字2003的各按钮

金山打字2003主界面上有英文打字、拼音打字、五笔打字、速度测试、打字教程、打字游戏、个人记录、更改用户等多个按钮。单击各按钮,将进入不同的练习窗口。在各练习窗口内单击右上角(个别窗口在左上角)的关闭按钮“✕”,将返回到金山打字2003主窗口中。

(4) 退出金山打字2003

如图1-3,单击窗口右上角的关闭按钮“✕”,退出金山打字2003,返回到Windows窗口中。

2. 输入指法与基本英文字母输入练习。

(1) 学习和掌握输入指法要领。

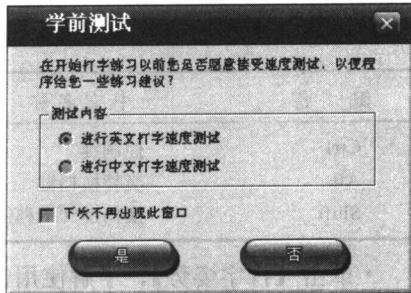


图1-4 学前测试窗口

- 启动金山打字2003进入主界面。
- 单击【打字教程】，进入如图1-5所示的打字教程界面。

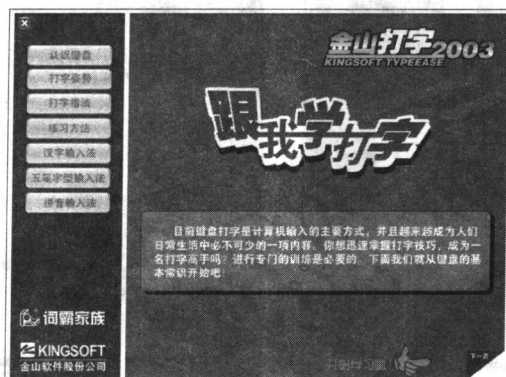


图1-5 金山打字2003的打字教程主界面

- 单击【认识键盘】，仔细阅读键盘的组成。
- 单击窗口右上角的【②】或右下角的【下一页】，进入键盘说明的第二页，参照表1-1和表1-2，仔细阅读键盘上各键的功能和复合键的功能。

表1-1 打字键区部分功能键

键 名	中文名称	功 能
Caps Lock	字母大小写锁定键	使打字键区输入的字母处于大写或小写状态
Tab	制表定位键	光标向后（前）跳越若干位
Backspace	退格键	光标退回一格，即删除光标前的一个字符
Enter	回车键	确认输入、换行等
Esc	退出键	强行退出正在运行的程序（不同程序中可能不同）

表1-2 打字键区的复合键

键 名	中文名称	功 能
Ctrl	控制键	用于和其他键组合成复合控制键
Alt	交替换档键	用于和其他键组合成复合控制键
Shift	换档键（上档键）	改变输入字母大小写属性或输入双符键上部的符号

- 单击【打字姿势】，了解使用键盘打字时的要领。
- 单击【打字指法】，弹出如图1-6所示指法说明窗口。参照表1-3，掌握左右手指法。

表1-3 左右手各手指对应的键

手 指		对 应 键
左 手	小拇指	1qaz及以左全部
	无名指	2wsx
	中指	3edc
	食指	4rfv 5tgb

(续)

手 指		对 应 键
双手大拇指		空 格 键
右 手	食指	6yhn 7ujm
	中指	8ik,
	无名指	9ol.
	小拇指	0p:/及以右全部

打字姿势与字母键击键要领:

- ✧ 身体坐直，双眼平视显示器；
- ✧ 胳膊与手放松，下臂与上臂基本垂直；
- ✧ 双手手指弯曲，指尖轻轻放在打字区中间一排的键上，具体位置为：
 - 左手：小拇指在A键，无名指在S键，中指在D键，食指在F键；
 - 右手：小拇指在分号（；）键，无名指在L键，中指在K键，食指在J键；
 - 双手大拇指：在空格键；
- ✧ 在击键时手臂要保持静止，全部动作仅限于手指部分；
- ✧ 在击键时手指快速地敲击目标键，然后快速地返回原来的位置；
- ✧ 在敲击手指所在上方的键和下方的键时，手指快速的伸出去，击键后再快速地返回到初始位置；
- ✧ 在击键过程中，要用相同的节拍轻轻地敲击键盘，不要用力过猛。

• 单击【练习方法】，仔细阅读并掌握打字要求，充分理解以下这句话的含义：

正确指法 + 键盘记忆 + 集中精力 + 准确输入 = 打字高手

• 单击左上角按钮“✕”，返回到金山打字2003主窗口。

(2) 主键盘各键位输入练习

• 在主窗口中单击【英文打字】，进入如图1-7所示的英文打字练习窗口。

英文打字练习窗口共有键位练习(初级)、键位练习(高级)、单词练习、文章练习四个选项卡。同学们根据自己的能力，可分别选择练习。

提示：在英文打字的键位练习中，同学们应该先从最基本的键位开始练起，待熟练掌握后再逐渐扩展到全部手指的键位，一步一步的熟悉键盘。切记不可急于求成。

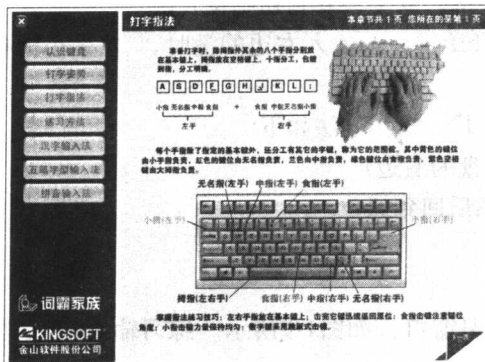


图1-6 打字指法说明窗口



图1-7 英文打字练习窗口

在进行键位练习的时候,键位图会提示用户击键的位置,提示的键位显示为绿色,敲击的手指示意图上也会有一个绿色的圆圈。

如果敲击正确时,显示键会变为原色;如果敲击不正确,则在最近一次敲过的错误键上出现叉号,直到敲击正确时叉号才会消失。

- 在键位练习(初级)窗口中,开始练习最基本的A、S、D、F、J、K、L及分号(;)八个键。

练习方法:

- ✧ 严格参照表1-3,眼睛注意看屏幕;
- ✧ 当屏幕上提示应击的键时,相应的手指快速地敲击该键一次。在击键时注意保持手形;
- ✧ 在练习中应注意窗口中的各项提示。

注意: 在训练的开始阶段,同学们会习惯性地一边看键盘,一边看屏幕,这是初学者的常见现象,同学们一定要克服这个习惯,养成只看屏幕不看键盘(即盲打)的习惯。一开始这样做,可能输入速度反而比边看屏幕边看键盘要慢,这是由于不太熟练的缘故,但当训练到一定程度时,速度会很快提上去。

能否实现盲打是提高输入速度的一个较高的门槛,比如以后输入汉字,若能实现盲打,则在使用智能ABC拼音输入法时一般同学都可达到每分钟60字以上的输入速度,否则最多只能达到20~40字左右。

- 其他键位练习

✧ 单击【课程选择】,弹出如图1-8所示的课程选择对话框。

✧ 选择键位课程二,练习E、I键。

键位练习课程是按照人们循序渐进的学习规律设置的,练习时应从最基本的键位开始练起,逐渐扩展到全部手指的键位。

- 依次选择其他键位课程,完成对主键盘的练习。

主键盘功能键、复合键的练习方法

- 功能键及复合键的功能见表1-1、表1-2。

- 复合键的击键方法:

- ✧ 尽量使用两手同时操作: 其中一只手的小拇指先按住复合键,再用另一手的手指敲击目标键,待另一只手敲击完成后,再松开复合键,双手恢复到初始位置;
- ✧ 当输入左边的键时,右手小拇指按住右边的Shift键;当输入右边的键时,左手小拇指按住左边的Shift键。

例如:在键盘处于小写状态下输入大写字母“I”,操作方法如下:

- ✧ 左手小拇指按住左边的Shift键(因为I键在主键盘的右边);
- ✧ 在“K”键上的右手中指快速敲击“I”键,然后回到原位;
- ✧ 左手小拇指松开Shift键,回到“A”键上。

(3) 小键盘数字键练习

- 单击【数字键盘】,进入小键盘数字键输入练习窗口,如图1-9所示。练习输入0和小数点“.”。

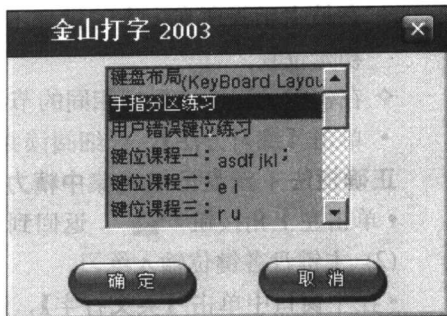


图1-8 课程选择对话框



图1-9 小键盘数字键练习窗口

注意：小键盘左上角的NumLock键是用于控制小键盘处于数字键或编辑键的开关，键盘上还有一个与该键相对应的NumLock灯。当NumLock灯亮时，小键盘处于数字键状态，灯灭时小键盘处于编辑键状态。

- 单击右上方【课程选择】，弹出课程选择对话框。选择其他数字键进行练习。

(4) 综合练习

在初级键位练习中能基本实现盲打后，可进入高级键位练习。

- 单击【键位练习(高级)】，进入高级键位练习，如图1-10。

参照窗口靠上部分的字母提示和显示为绿色的键位提示，依次敲击相应键。

在练习过程中，同学们还可以注意一下窗口中的时间、速度、进度、正确率等提示信息，以了解自己的学习情况和目前的状态。

待练习到同学们自己较满意的程度后，可分别进行“单词练习”和“文章练习”，以考察自己的综合打字(输入)能力。

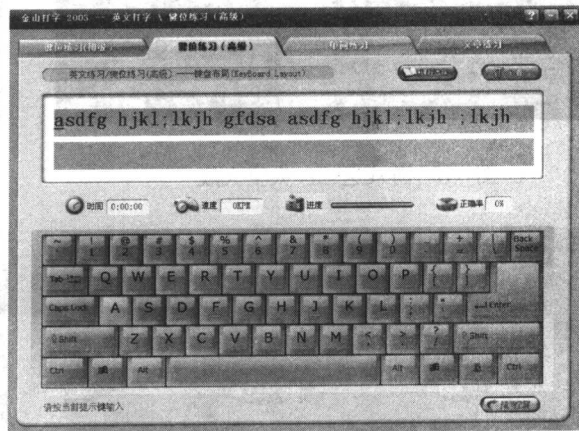


图1-10 英文打字高级键位练习窗口

提示：本部分练习是训练计算机输入速度的重要环节，一定要反反复复、循序渐进地进行，不能急于求成，待基本实现盲打后再进入下一步的练习。

- 使用打字游戏进一步提高打字速度。

✧ 在金山打字2003主窗口上单击【打字游戏】，进入如图1-11所示的打字游戏窗口。

金山打字2003提供了五种游戏：生死时速、太空大战、鼹鼠的故事、激流勇进、拯救苹果。分别如图1-12、图1-13、图1-14、图1-15、图1-16所示。同学们可按自己的喜好，在玩游戏的过程中训练自己的打字速度。



图1-11 金山打字2003的打字游戏

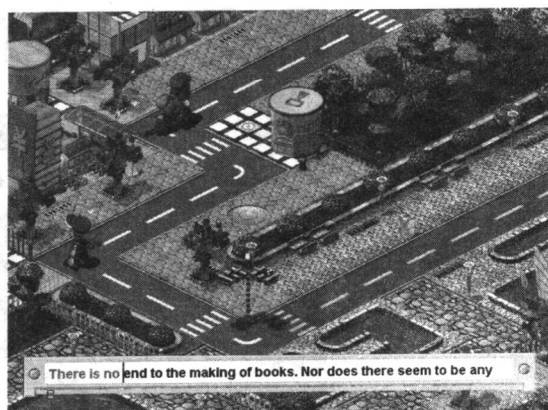


图1-12 游戏之一：生死时速

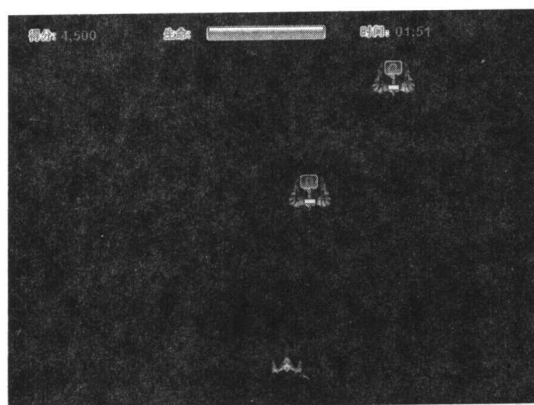


图1-13 游戏之二：太空大战

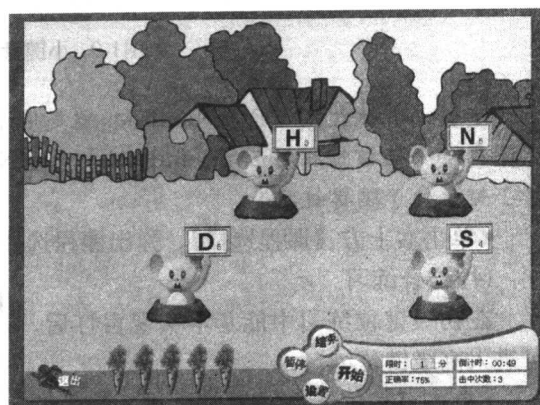


图1-14 游戏之三：鼹鼠的故事

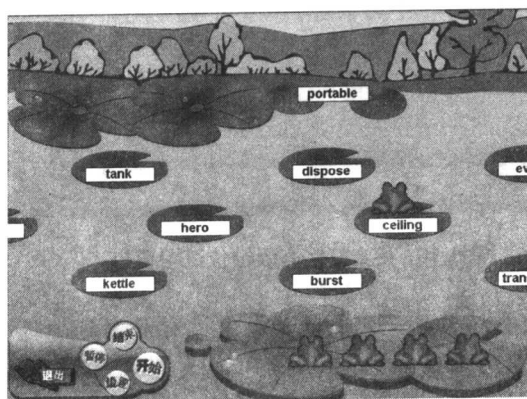


图1-15 游戏之四：激流勇进

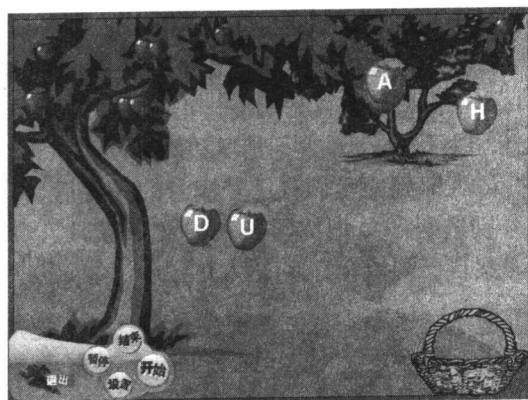


图1-16 游戏之五：拯救苹果

实验作业

利用金山打字2003这一CAI软件，反复练习输入速度，直至实现盲打。

实验二 反病毒软件的使用——瑞星2005

实验目的

1. 认识计算机病毒的危害。
2. 熟练掌握至少一种计算机杀毒软件的使用方法。
3. 掌握计算机杀毒软件的升级方法。

实验内容

1. 利用瑞星2005查找和清理计算机病毒。
 - (1) 对计算机中“我的电脑”进行全面的病毒查找和杀毒。
 - (2) 对指定存储器E盘进行病毒查找和杀毒。
 - (3) 对C盘下Documents and Settings文件夹进行全面杀毒。
2. 利用网络升级瑞星2005的病毒库。
3. 了解和使用瑞星2005提供的其他功能。
 - (1) 打开文件实时监控、邮件监控、注册表监控、内存监控、网页监控功能。
 - (2) 查看瑞星个人防火墙。

实验指导

瑞星2005简介

瑞星2005是北京瑞星科技股份有限公司研发的高智能反病毒软件，其首创智能解包还原技术、支持族群式变种病毒查杀、增强型行为判断技术防范各类未知病毒以及一体化监控系统、垃圾邮件过滤、三重病毒分析过滤技术、多引擎杀毒技术等诸多先进的功能，在查杀病毒种类、查杀速度、未知病毒防治等各方面都达到了世界先进水平。目前该软件最新版本为瑞星2005版。本实验使用的就是瑞星2005。

当计算机安装了瑞星2005后，随Windows的启动，瑞星2005会自动启动，并对Windows启动过程中加载的软件进行实时监控，如图1-17(左上角)所示。在Windows下当打开WORD文档等文件时，瑞星实时监控系統会自动地对该文件进行病毒检查。



图1-17 随Windows自动启动的瑞星2005

当Windows成功启动后,在Windows桌面右下角的系统托盘中会出现两个特殊图标,如图1-18所示,其中“☂”是瑞星监控中心,“🛡”是瑞星个人防火墙。

Windows下打开瑞星2005的方法有很多种,主要有:

方法一:从Windows系统托盘中打开:如图1-18,双击系统托盘中的图标“☂”。

方法二:从Windows开始菜单中打开:如图1-19,单击【开始】→【所有程序】→【瑞星杀毒软件】→【瑞星杀毒软件】。

方法三:从桌面打开:

双击桌面上【瑞星杀毒软件】图标。

打开瑞星2005后,弹出主界面,如图1-20所示。

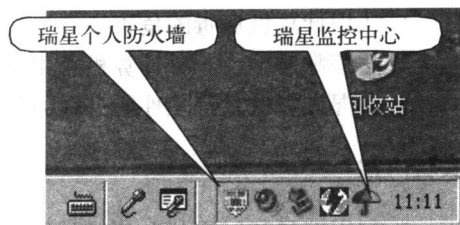


图1-18 系统托盘中的瑞星2005

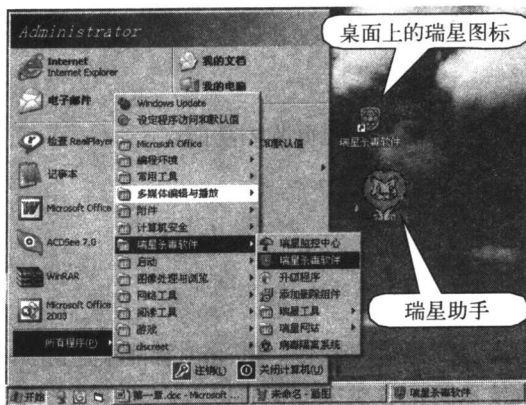


图1-19 通过Windows开始菜单打开瑞星2005

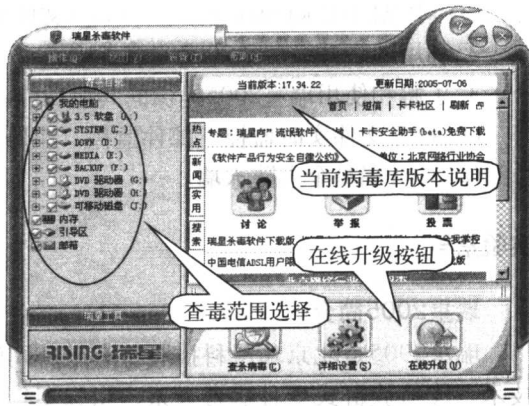


图1-20 瑞星2005主界面及其说明

1. 利用瑞星2005查找和清理计算机病毒。

(1) 对计算机中“我的电脑”进行全面的病毒查找和杀毒

- 打开瑞星2005,弹出如图1-20所示窗口;
- 在查毒范围内【我的电脑】前的框中打“√”(即默认项);
- 单击【查杀病毒】。

瑞星开始查杀计算机病毒。在瑞星杀毒软件主窗口下方会显示正在查杀计算机病毒,如图1-21(上)。在杀毒过程中,瑞星杀毒软件要对计算机上所有有效存储器上的文件夹和文件进行查杀病毒,因此该过程会很漫长。在瑞星查杀病毒的过程中,用户可以使用计算机上的其他软件,也可以将瑞星杀毒软件窗口最小化,最小化后会在Windows窗口的上方显示如图1-21(下)所示的正在杀毒窗口。双击最小化显示的

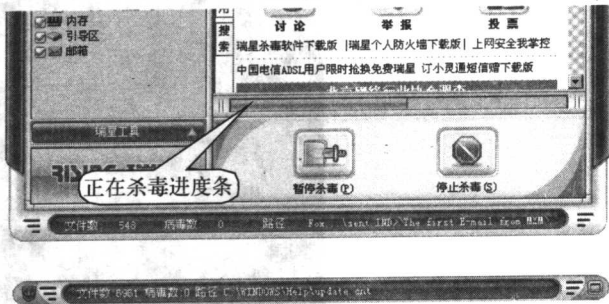


图1-21 瑞星主窗口下方的正在杀毒提示(上)和最小化状态的正在杀毒窗口(下)