

全国普通高等教育“十一五”规划教材

计算机基础实训指导 与习题集

主 编 王若东 易著梁 王文生
副主编 林宗朝 梁 江 周洁文



吉林大学出版社

计算机基础实训指导与习题集

主 编 王若东 易著梁 王文生

副主编 林宗朝 梁 江 周洁文

吉林大学出版社

内 容 提 要

本教程由两部分组成,第一部分实训指导与习题集,主要内容包括:计算机基础知识、Windows XP 操作系统、计算机网络基础知识及Internet应用、Word 2003文字处理软件、Excel 2003电子表格处理软件、PowerPoint 2003演示文稿制作软件等内容;第二部分包含了全国计算机信息高新技术考试办公软件应用模块操作员级考试的大多数试题。

本教程内容丰富、全面、并配有大量的实例,在指导读者按照实例操作的同时,还附有大量的习题,以便读者理论联系实际巩固所学的知识。

本书适合作为高职高专、本科等高等院校计算机或相关专业的教材辅导用书,也可供成人教育和在职人员培训使用,还可以供广大读者学习办公软件应用模块的操作技能使用,也是各类中专院校、技校、职高作为办公软件应用模块技能培训与测评的参考资料。

图书在版编目(CIP)数据

计算机基础实训指导与习题集 / 王若东等主编. — 长春:
吉林大学出版社, 2009. 5
ISBN 978-7-5601-4434-4

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

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第064891号

书 名: 计算机基础实训指导与习题集

主 编: 王若东等

责任编辑、责任校对: 刘子贵

吉林大学出版社出版、发行

开本: 787×1092 毫米 1/16

印张: 12 字数: 290千字

ISBN 978-7-5601-4434-4

封面设计: 刘刚

三河市南阳印刷有限公司 印刷

2009年5月 第1版

2009年5月 第1次印刷

定价: 19.00元

版权所有 翻印必究

社址: 长春市明德路42号 邮编: 130021

发行部电话: 0431-88499826

网址: <http://www.jlup.com.cn/>

Email: jlup@mail.jlu.edu.cn

教材编委会名单

主 任：易著梁

副主任：王文生 周洁文 朱安新 曾凌峰

委 员：叶伟雄 沈大旺 吴有良 汤水华 黄富平 尹旭熙 吴碧杉
易著梁 张瑞春 曾凌峰 朱安新 张传学 刘宗旭 李洪旺
赵志芳 黄 敏 刘 娜 刘斌仿 熊晓波 林宗朝 刘根深
魏 零 张新林 丘映莹 梁 江 陈 源 柳 军 尹微亭
张瑞春 杨 川 骆金维 章 欣 龙 翔 李 壮 李应勇
王德华 李颜丽 陈 源 黄立君 方开红 何 健 徐燕飞
陈火荣 谭玉玲 杨 娜

前 言

本书是计算机基础课程的配套实训指导与习题集教材，参加编写的教师都是长期工作在教学第一线的老师，在教学过程中积累了丰富的教学经验，本书在出版前已作为自编教材经过多届学生使用，取得了很好的教学效果。

本书内容由“实训指导与习题集”和“全国计算机信息高新技术试题”两部分组成，在“实训指导与习题集”部分安排了计算机基础知识实训、Windows XP操作系统使用实训、计算机网络基础和Internet应用实训、Word 2003文字处理实训、Excel 2003电子表格处理实训和PowerPoint 2003演示文稿制作实训等内容，并在每章后面都附有大量的习题，帮助读者巩固前面所学的知识；“全国计算机信息高新技术试题”部分安排了大量的模拟试题试卷，可以很好的提高读者的应试和实操能力。

本书具有信息量大、内容丰富、习题数量多等特点，通过学习有利于学生更好地掌握计算机操作，并有助于进行自我检验和参加考试。

本书采用step by step的方式介绍实验，可以让初学者通过练习很快领悟所学内容。

本书由王若东、易著梁、王文生主编，林宗朝、梁江、周洁文副主编，其中第一部分的第4章和附录由易著梁，李秋梅编写，第2章由王文生编写，第3章由林宗朝编写，第5章由周洁文编写，第6章由梁江编写，第1章由黄敏编写，第二部分由朱安新编写。

编 者
2009年5月

目 录

第一部分 实训指导与习题集

第 1 章 计算机基础知识	1
实训一 键盘与指法练习	1
实训二 了解计算机的组成及连接	4
实训三 名词解释	10
实训四 例题精解	12
习题	15
第 2 章 Windows XP 的使用	22
实训一 Windows 的基本操作	22
实训二 Windows 的文件管理	25
实训三 Windows 系统设置	26
习题	28
第 3 章 计算机网络基础和 Internet 应用	32
实训一 浏览、收藏网页	32
实训二 信息搜索及文件下载	34
实训三 收发电子邮件	35
习题	40
第 4 章 Word2003 文字处理软件	46
实训一 文档的基本操作	46
实训二 编辑文档	49
实训三 表格的制作与编辑	53
实训四 图文混排	57
习题	59
第 5 章 Excel 2003 电子表格处理软件	68
实训一 输入各种类型的数据	68
实训二 工作表的管理及编辑	73
实训三 基本公式和函数的应用	82
实训四 数据管理与分析	85
实训五 创建数据图表	89
实训六 Excel 技巧精选	93

习题.....	108
第 6 章 PowerPoint 2003 演示文稿制作软件	112
实训一 简单演示文稿的制作	112
实训二 幻灯片母版的应用	116
实训三 制作精彩动画效果	121
习题.....	131

第二部分 全国计算机信息高新技术试题

第一单元 操作系统应用	135
第二单元 文字录入与编辑	135
第三单元 文档的格式设置与编排	139
第四单元 文档表格的创建与设置	146
第五单元 文档的版面设置与编排	150
第六单元 电子表格工作簿的操作	158
第七单元 电子表格中的数据处理	165
第八单元 MS Word 和 MS Excel 的进阶应用	176
附录 常用快捷键	184

第一部分 实训指导与习题集

第1章 计算机基础知识

实训一 键盘与指法练习

一、实训要点：

指法练习对一个初学计算机的用户来说是非常重要的。通过本章的学习，应能正确掌握键盘指法的操作，用一定的时间严格按照正确的键盘指法去训练，为提高输入信息的速度打好基础。

二、实训目的：

- ◆ 熟悉键盘每一个键位的排列
- ◆ 习惯正确的打字姿势
- ◆ 掌握键盘指法分工
- ◆ 掌握输入训练方法

三、实训内容

1. 键盘指法

初学计算机的用户，开始就必须正确地掌握键盘指法的操作，按照正确的键盘指法进行训练，以提高输入的速度。

键盘指法训练要求：

■ 正确的打字姿势

正确的打字姿势，有助于准确、快速地将信息输入到计算机而又不容易疲劳。初学者应严格按下面要求进行训练。

- (1) 坐姿要端正，上身保持笔直，全身自然放松。
- (2) 座位高度适中，手指自然弯曲成弧形，两肘轻贴于身体两侧，与两前臂成直线。
- (3) 手腕悬起，手指指肚要轻轻放在字键的正中面上，两手拇指悬空放在空格键上。此时的手腕和手掌都不能触及键盘或机桌的任何部位。
- (4) 眼睛看着稿件，不要看键盘，身体其他部位不要接触工作台和键盘。
- (5) 击键要迅速，节奏要均匀，利用手指的弹性轻轻地击打字键。

(6) 击打完毕,手指应迅速缩回原键盘规定的键位上。

注意: 击键时手指要用“敲击”的方法去轻轻地击打字键, 击完即缩回。

■ 键盘指法分区

键盘指法分区如图 1-1 所示, 它们被分配在两手的 10 个手指上。初学者应严格按照指法分区的规定敲击键盘, 每个手指均有各自负责的上下键位, 这里不适合“互相帮助”的原则。



图 1-1 键盘指法分区

■ 键盘指法分工

键盘第三排上的 A、S、D、F、J、K、L、; 共 8 个键位为基准键位, 如图 1-2 所示。其中, 在 F、J 两个键位上均有一个突起的短横条, 用左右手的两个食指可触摸这两个键以确定其他手指的键位。



图 1-2 基准键位置

(1) A、S、D、F、G、H、J、K、L、; 键练习

assss	dfff	ffggg	hhhjj	jjkkk	kklll	gghh	hhjjj
ggfff	sss	kkkaa	llddd	jjjfff	ddhhh	aaakk	kkkaa
glads	jakh	saggh	hsklg	ghjgf	gfdsa	ghjgf	gfdsa
hgkh	lkjh	asdfg	lkjh	gfdsa	hjkl;	hjkl;	lkjh

gfdsa hjkl; gfdsa hjkl; gfdsa hjkl; fgf hjkl;
fjhjfg jhgf fghj fgfg hjhj hadfs fghf fghj

(2) Q、W、E、R、T、Y、U、I、O、P 键练习

owpqe wwqqo ppoow ooqqp wwqqo powqp oowqp opwqw
owpqe wwqqo ppoow ooqqp wwqqo powqp oowqp opwqw
qqqpww wwwqo pppww ppqqp qqwwq ppqqp wqwqp qpppp
otyqe wuoqq ppterw oybrq eywqq pothq eodqp efwtw
ppooo oooiii iiiuuu uuyy yytttt rrrree wwqq PPyY
uurree ooww rriioo wwo qqppp rruuoo ppyyrr qquu
dedr kikt edey iku diei deio iep diei
qwerty poiuy qwerty poiuy qwerty poiuy ert pouuy
keiq iede eikw deik kied feded jikij ppkij
delielie aile drfr yjyu tftyy qqju edey yjpup

(3) V、B、N、M、Z、X、C 键练习

zzxxx xxxccc cbbbn bbbnn nnmm mm,,, ccnnn
mmbb mmvvv ccenn xxxnn zzxxnn ccc,,, zzznn
dpzsc szekjb fxeos sxcies hksxz dwxcis vaxcai
zxcvb mnmn zxcvb mnmn zxcvb mnmn zxcvb
zxssc azxzs scsabn czczln mcxn bczxd hczrj
bvexz cvbnm bvexz cvbn bvexz cvbnm cvbnm

2. 数字键盘指法练习

数字键盘位于键盘的最右边，也称小键盘。适合于对大量的数字进行输入的用户，其操作简单，只用右手便可完成相应的操作。其键盘指法分工与主键盘一样，基准键为 4、5、6。其指法分工如图 1-3 所示。

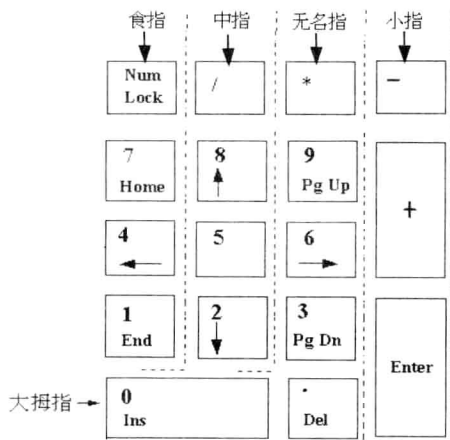


图 1-3 数字键盘

1040	4047	4047	1404	7407	4107	1044	0477	0477
0369	6936	9630	6963	9630	0963	9660	6093	3906
4565	5456	5464	4564	5464	4564	5464	5566	4664
9633	3996	3960	3693	3696	3696	3690	3969	3690
1407	1470	7410	1407	0147	0477	0701	4140	1070
8585	0028	0850	2580	2852	0588	0585	0588	2580
4455	4554	4555	6655	4666	4664	5565	5655	5656
2580	0588	8500	2085	5280	8508	0058	0580	0080
8505	5882	2058	2208	2585	0258	2258	0588	0582
9699	6963	0696	0639	9660	3993	0369	3993	3639

3. 指法训练软件

指法训练软件最好采用如金山打字通、TT、CAI 和“打字通”这些训练软件，它们有一定的科学性以及合理性，利用这些软件可以使指法得到充分的训练，达到快速、准确地输入英文字母的目的。

四、上机实习

实习 1 参照图 2-2 所示键盘，练习 A、S、D、F、J、K、L、；共 8 个基准键。

实习 2 练习 Q、W、E、R、T、Y、U、I、O、P 键。

实习 3 练习 V、B、N、M、Z、X、C 键。

实习 4 混合练习 26 个英文字母键。

实习 5 小键盘练习。

实训二 了解计算机的组成及连接

一、实训要点

- ◆ 观察主机和显示器上的按钮
- ◆ 初步了解计算机的连接
- ◆ 观察主机箱内的部件及连接
- ◆ 熟悉计算机硬件系统的各组成部分。
- ◆ 掌握计算机硬件系统组装的一般步骤。
- ◆ 完成一台计算机的硬件安装工作并使其能够正常工作

二、实训目的

通过本实训的学习，要求初步了解计算机的外部连接，熟悉各种按钮的位置及用途，并认识主机箱内的各种部件。

三、实训内容

1. 观察计算机的外观

观察主机和显示器的外观，找到主机的 Power 键和 Reset 键、控制光驱开关的按钮，以及显示器的电源开关，并记住它们的位置及用途。

2. 了解计算机的连接

认真观察主机后面的接口及连线，找到鼠标、键盘、显示器、耳机和电源线的接口位置。

3. 查看主机内部的连接

打开主机箱，仔细观察主机内部各个组成部分，辨别电源、光驱、硬盘、软盘驱动器、显示卡、内存、网卡和 CPU 等部件。

4. 计算机硬件系统的组装

操作前的准备

(1) 了解计算机的各主要组成部分及其工作原理，掌握有关计算机硬件的技术资料，了解计算机的主要构成部件和功能，特别是了解主板的构成、各部件的安装位置和各外设接口的位罝。

(2) 准备好实训所需配件与工具(如图 1-4 所示):主板和主板说明书、CPU、内存条、显示器和显卡、硬盘、光驱(CD-ROM)、软驱、键盘、鼠标和主机箱与电源、各种数据线和电源线等。配件应轻拿轻放。准备好安装工具:十字螺丝刀、尖嘴钳、散热膏和平口螺丝刀等。

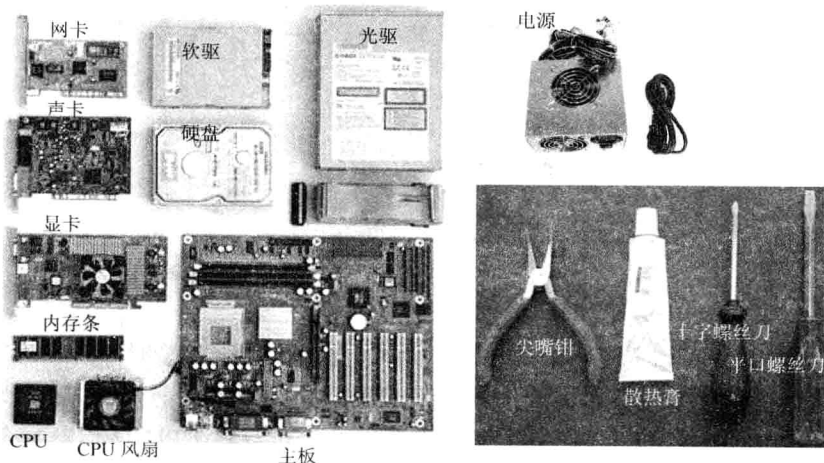


图 1-4 实训所需部分配件与工具

(3) 安装前触摸暖气管道或自来水管等，以消除静电。

实训内容及操作提示

主板和机箱内各部件的安装位置如图 1-5 和图 1-6 所示。

(1) 安装 CPU

把主板放到桌面上，找到 CPU 插槽的位置，一个方形的布满均匀圆形小孔的插槽。

① 拉起 CPU 插槽边上的金属拉杆，使其与插槽成 90° 。

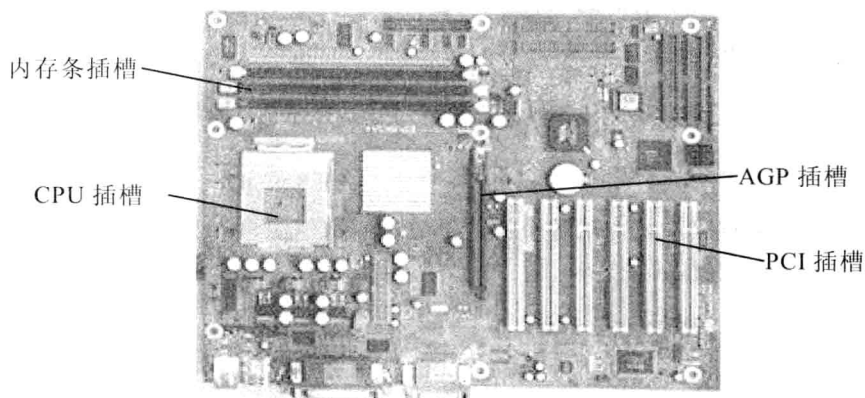


图 1-5 主板

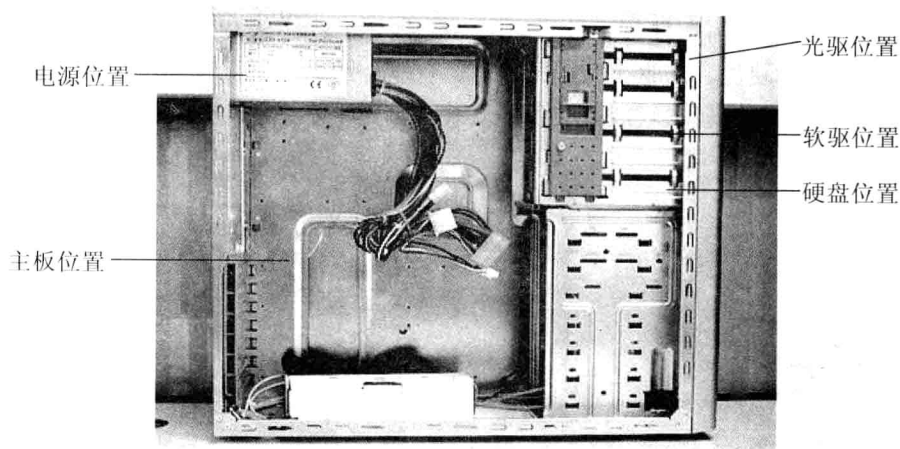


图 1-6 机箱内部结构图

② 将 CPU 按正确方向轻轻插入插槽中，不可粗暴安装。安装时注意 CPU 的一个角上的三角形标记和插槽上的三角形标记，插入 CPU 时一定要对准这两个标记再轻轻将 CPU 插入插槽，如图 1-5 所示。另外，为达到更好的散热效果可以将 CPU 核心表面涂抹一些散热硅或散热硅胶。

③ 将拉杆压下到水平方向以锁紧 CPU。

④ 安装散热风扇。松动风扇的两个扳手，将风扇安装在 CPU 上，扳动扳手将风扇紧紧卡在主板上。

⑤ 将风扇的电源线插头插到主板上标有 CPU Fan 的插座上, 如图 1-7 所示。

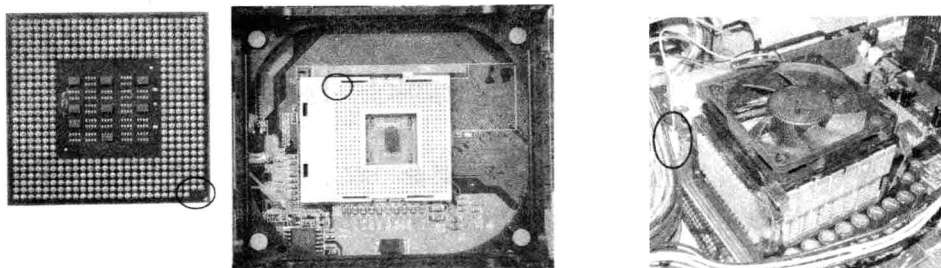


图 1-7 CPU、CPU 插槽和安装结果

(2) 安装内存条

在主板上找到内存条插槽位置(一长条形的插槽), 如图 1-8 所示。

① 扳开内存插槽两边的卡扣。

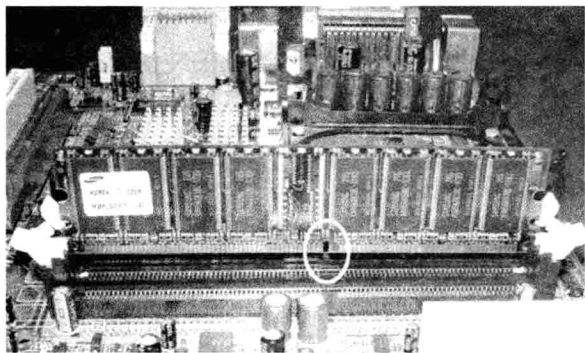
② 用手捏住内存条的两端, 将内存条的缺口与插槽的缺口相对应, 然后垂直用力将内存条按下。当听到咔的一声表明两端卡扣已经合拢, 表示内存条被正确安装在主板上。

(3) 安装电源

打开机箱挡板, 找到机箱内电源所放的位置, 把电源放到该位置上, 调整电源使其上的螺丝孔与机箱上的螺丝孔相对, 装上对角线上的 4 个螺钉并拧紧。这样电源就安装好了。

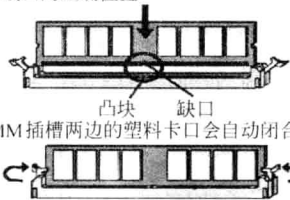
(4) 安装主板

将机箱卧倒放平, 查看机箱内的金属底板上的 6 个主板固定螺柱。主板将安装在该金属底板上。



安装DDR内存

1. DDR DIMM内存条的中央仅有一个缺口
2. 将DDR内存垂直插入DDR插槽中, 并确保缺口的正确位置



3. DIMM插槽两边的塑料卡扣会自动闭合

图 1-8 内存条安装示意图

① 手持主板, 将其放入机箱内, 注意主板上的集成端口与机箱背部的板口相对应。放平主板, 调整主板上的 6 个螺丝孔对准机箱内的 6 个螺柱口。

② 将螺丝钉垂直拧入 6 个螺丝孔。注意在拧入螺钉时, 不要马上拧紧, 而是应把所有螺钉都初步固定到位后, 再依次将每个螺钉拧紧, 这样可以在拧其他螺钉时轻松地调整主板位置。拧螺丝时不要用力, 发现不顺畅时, 应重新调整螺丝位置。同时到最后, 螺丝也不要拧得太紧以免压伤主板上的电路。轻轻摇动主板, 检查是否安装牢固。

③ 连接主板电源线。从电源端找到一个两排 20 芯的插头，将其安插在主板的电源插座上。

④ 连接 CPU 的电源线。从电源端找到一个专为 P4 处理器设计的 ATX 12V 的 4 芯方形电源插头，将其插到主板上的方形 ATX 电源插座上。这样主板就安装完毕了，如图 1-9 所示。

(5) 安装显卡（若主板已集成显卡，可省略此步骤）

目前，独立显卡大多数是 AGP 接口，所以显卡应安装在主板的 AGP 插槽中。通常主板只有 1 个 AGP 插槽（棕黄色）。

① 取下机箱内后部与 AGP 插槽对应的金属挡片。

② 扳开 AGP 插槽边上的卡扣。

③ 将显卡插脚对准 AGP 插槽，显卡挡板对准机箱挡片孔，双手垂直用力将显卡压入 AGP 插槽中。正确插入后，卡扣会自动闭合，卡住显卡边沿的勾紧口。

④ 在显卡挡板上拧上螺钉，将显卡牢靠地固定在机箱上。

(6) 声卡、网卡或调制解调器（若主板已集成，可省略此步骤）

大部分声卡、网卡、内置调制解调器都是安装在主板的 PCI 插槽中。主板大约有五六个 PCI 插槽（白色），如图 1-3 所示。通常选最下面的 PCI 插槽安装声卡，第 2 个或第 3 个 PCI 插槽安装网卡或调制解调器以便连接网线或电话线。它们的安装过程基本相同。

① 确定要把该卡插入的 PCI 插槽。取下机箱后部与其对应的金属挡片。

② 将该卡插脚对准 PCI 插槽，其金属挡板对准机箱挡片孔，用双手垂直用力将卡压入插槽中。

③ 在该卡挡板上拧上螺丝，将其牢靠地固定在机箱上。

(7) 安装光驱、硬盘和软驱

机箱内有专用的托架，可用来安装光驱、硬盘和软驱。一般将光驱安装在上部托架，硬盘和软盘安装在下部托架，且硬盘应放在最下面。注意光驱和软驱应从机箱外部装入，而硬盘则是从机箱内部装入托架。

① 安装光驱：取下机箱前部与光驱对应位置的挡片；用手托住光驱，有标签的一面向上，后端对准机箱内部，将光驱轻轻推入；调整光驱位置，对准螺丝孔位置，拧上螺丝。

② 安装硬盘：用手托住硬盘，有标签的一面向上，无接口的一端对准机箱内托架入口处，平行将其放入。调整位置，对齐螺孔，拧上螺丝。

③ 安装软驱：取下机箱前部与软驱相对应位置的挡片；将软驱有标签的一面向上，后端对准缺口，平行将其插入；调整位置，对齐螺孔，拧上螺丝。

④ 连接光驱的数据线、电源线和音频线：将 40 针的数据排线一端接光驱，一端插到主板的 IDE2 插座上，注意方向；从电源端取一较大的 Male 插头插到光驱电源接口；将音频线的一端接到光驱接口，一端接到声卡的音频接口。

⑤ 连接硬盘的数据线和电源线：将另一 40 针的数据排线连接硬盘数据接口，一端接主板上的 IDE1 插座上。硬盘电源线的接法同光驱电源线。

⑥ 连接软驱的数据线和电源线：软盘的数据线的宽度较窄，其中一端有扭曲的部分。

有扭曲的部分的插头插在软驱上，另一端插到主板上的 FDD 接口插座上。软驱的电源线是一个较小的 Female 插头，从电源端取出将其接到软驱上，如图 1-10 所示。



图 1-9 电源插头与插座图

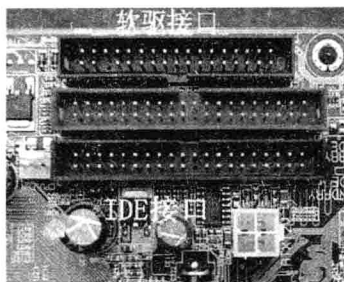


图 1-10 软驱接口与 IDE 接口

(8) 连接主板上的信号线和控制线

① USB 信号线：大多数 P4 主板提供 6 个 USB 接口，其中两个已接到主板后部，剩下的 4 个要通过主板上的两组 USB 插针来提供，因此需要将机箱上 USB 接口信号线连接到主板上。不同的主板连接方式可能不同，请参照主板说明书进行连接。

② 各种控制线和指示灯线：PC 扬声器，SPEAKER；电源开关，POWER SW；复位按钮，RESET SW；硬盘指示灯，H.D.D.LED；电源指示灯，POWER LED；在主板上找到这些控制线与信号线对应的插座，注意正负极，通常白色为负、红色为正，如图 1-11 所示。

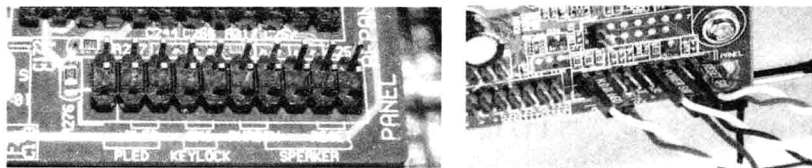


图 1-11 信号线与控制线安装插图

(9) 连接键盘、鼠标、显示器等外部设备

完成以上 8 个步骤后，就完成了主机安装部分。装上机箱盖，把电源线插到机箱背面的电源插座上，如图 1-12 所示。下面开始连接外部设备：键盘、鼠标、显示器、音箱等。

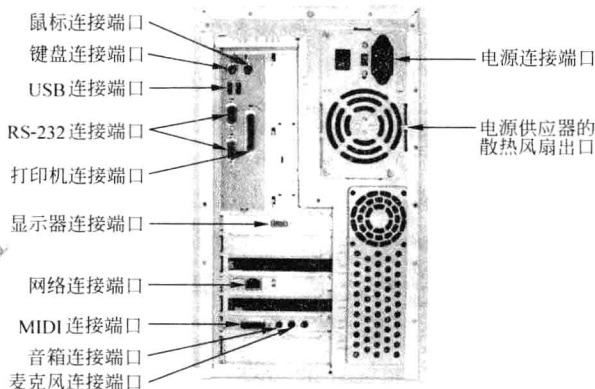


图 1-12 主机箱的后背示意图

这样,计算机硬件部分就安装完成了,开机查看安装是否成功。此时计算机不一定能正常工作,或者说不能工作在最佳状态。还需要进行硬件参数的设置。

四、思考与操作

(1) 如何判断接头正负极?

- ◆ 红色必为正极,两条线内若有红线,则红线一定是正极。
- ◆ 白色必为负极,两条线内若有白线,则白线一定是负极。
- ◆ 若不符合前两项规则,则黑线为负极。例如:蓝黑线,则黑线为负极。

(2) 在机箱内,4芯的驱动器电源插头用处最广泛,那么如何识别它的电源线?

4芯的驱动器电源插头用处最广泛,所有的CD-ROM、DVD-ROM、CD-RW、硬盘甚至部分风扇都要用到它。4芯插头提供了+12V和+5V两组电压,一般黄色电线代表+12V电源,红色电线代表+5V电源,黑色电线代表0V地线。

(3) 在主板上找到CMOS电池。

实训三 名词解释

在计算机考试或历年计算机等级考试中,一般都考了名称解释,所以第一章的名称解释是考试的重点,这里给大家列出了名词解释大家要熟悉一下,这都是本章的基本概念,也有利于做选择题及填空题。

1. 主机:由CPU、存储器与I/O接口合在一起构成的处理系统称为主机。
2. CPU:中央处理器,是计算机的核心部件,由运算器和控制器构成。
3. 运算器:计算机中完成运算功能的部件,由ALU和寄存器构成。
4. ALU:算术逻辑运算单元,负责执行各种算术运算和逻辑运算。
5. 外围设备:计算机的输入输出设备,包括输入设备,输出设备和外存储设备。
6. 数据:编码形式的各种信息,在计算机中作为程序的操作对象。
7. 指令:是一种经过编码的操作命令,它指定需要进行的操作,支配计算机中的信息传递以及主机与输入输出设备之间的信息传递,是构成计算机软件的基本元素。
8. 透明:在计算机中,从某个角度看不到的特性称该特性是透明的。
9. 位:计算机中的一个二进制数据代码,计算机中数据的最小表示单位。
10. 字:数据运算和存储的单位,其位数取决于具体的计算机。
11. 字节:衡量数据量以及存储容量的基本单位。1字节等于8位二进制信息。
12. 字长:一个数据字中包含的位数,反应了计算机并行计算的能力。一般为8位、16位、32位或64位。
13. 地址:给主存储器中不同的存储位置指定的一个二进制编号。
14. 存储器:计算机中存储程序和数据部件,分为内存和外存。
15. 总线:计算机中连接功能单元的公共线路,是一束信号线的集合,包括数据总线、地