



高职高专计算机系列教材
GAOZHI GAOZHUAN JISUANJI XILIE JIAOCAI

计算机应用基础

上机指导

主编 孙培民
周雪梅



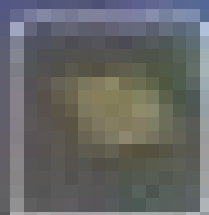
北京出版社出版集团



清华大学计算机系网络课程
Tsinghua University Computer Network Course

计算机应用基础

上机指导





高职高专计算机系列教材
GAOZHI GAOZHUAN JISUANJI XILIE JIAOCAI

计算机应用基础

上机指导

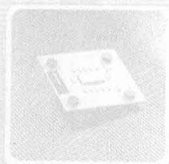
主 编 孙培民 周雪梅

副主编 初晓梅 郭继胜 张卫婷 王军平

编 者 单巨东 龚西城 庞子瑞 刘晓玲

董 雪 彭守军 刘瑞广 岳香菊

黄光辉 马志伟 潘禄生



北京出版社出版集团
北 京 出 版 社

内 容 简 介

本书是《计算机应用基础》的配套教材。

本书详细介绍了计算机基础、Windows 操作系统、指法操作和汉字录入、文字处理软件 Word 2003、电子表格处理软件 Excel 2003、演示文稿制作软件 PowerPoint 2003、Internet 应用、常用工具软件、计算机安全等的上机操作过程和技能训练方法。

书中以大量的实例,按图示方式详细介绍了上机操作过程,为便于学生自我检测学习效果,每章均提供了大量的技能训练题,本书最后一章还提供了 4 套计算机考试试卷和 3 套计算机竞赛模拟题。

本书着重计算机的基本知识和基本技能的培养,适用于初学者使用,可作为高职高专各专业计算机基础课程的辅导教材,还适合作为计算机应用培训参考,适合参加全国计算机等级考试(一级)的考生和希望快速提高计算机操作水平的人员。

图书在版编目(CIP)数据

计算机应用基础上机指导/孙培民主编.—北京:北京

出版社,2007.5

高职高专教材

ISBN 978-7-200-03503-2

I. 计… II. 孙… 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(2007)第 058681 号

书 名: 计算机应用基础上机指导
书 号: ISBN 978-7-200-03503-2/G·1083
出 版: 北京出版社出版集团 北京出版社
地 址: 北京北三环中路 6 号
电 话: 010-82684553 010-58572393
印 刷: 北京市通县华龙印刷厂
发 行: 北京出版社出版集团总发行
经 销: 新华书店

787 毫米×1092 毫米 1/16 开本 12.5 印张 235 千字

2007 年 5 月第 1 版 2011 年 8 月第 3 次印刷

定 价: 18.00 元

前 言

为了适应计算机的迅速发展,更好地配合高等院校计算机基础教学,帮助读者更好地掌握计算机应用的基础知识和基本技能,我们编写了这本教学帮助教材,与《计算机应用基础》配套使用。

本书按照高等院校人才培养目标对计算机基本技能的要求,根据教育部考试中心《全国计算机等级考试大纲(一级)》,以及当前计算机发展的最新成果编写而成。主要内容包括计算机基础、Windows 操作系统、指法操作和汉字录入、文字处理软件 Word 2003、电子表格处理软件 Excel 2003、演示文稿制作软件 PowerPoint 2003、Internet 应用、常用工具软件、计算机安全等的上机操作过程和技能训练方法。

本书凝聚了作者多年从事计算机基础教学的实际经验,采用“任务驱动式教学”方法,首先给出实训要达到的目标,然后以图示和文字说明方式详细介绍上机操作过程,一步一步引导读者完成任务,为便于读者自我检测学习效果,每章均提供了大量的技能训练题。本书最后一章还提供了4套计算机模拟考试试卷和3套计算机竞赛模拟题,以方便读者快速熟悉考题类型和考试方法。

本书着重计算机的基本知识和基本技能的培养,适合初学者使用,可作为高等院校各专业计算机基础课程的辅导教材,还可作为计算机应用培训参考用书,供参加全国计算机等级考试(一级)的考生和希望快速提高计算机操作水平的人员使用。

由于作者水平有限,对书中不足之处敬请读者批评指正。

目 录

第 1 章 计算机基础知识	1
实训 1.1 微机的组成	1
实训 1.2 开机和关机	5
本章技能训练题	6
第 2 章 Windows XP 操作系统	7
实训 2.1 Windows 的基本操作	7
实训 2.2 使用“我的电脑”	11
实训 2.3 Windows 资源管理器	14
实训 2.4 控制面板	20
实训 2.5 Windows 附件	22
本章技能训练题	27
第 3 章 指法训练与汉字输入	28
实训 3.1 键位指法训练	28
实训 3.2 英文录入综合训练	35
实训 3.3 智能 ABC 汉字输入	36
实训 3.4 五笔字型汉字输入	42
实训 3.5 打字练习软件“运指如飞”	47
本章技能训练题	53
第 4 章 文字处理软件 Word 2003	55
实训 4.1 创建 Word 文档	55
实训 4.2 文档编辑	62
实训 4.3 高级排版	68
实训 4.4 长文档设计	73
实训 4.5 图文混排	77
实训 4.6 Word 表格的制作与编辑	82
本章技能训练题	87
第 5 章 电子表格处理软件 Excel 2003	96
实训 5.1 Excel 的基本操作	96
实训 5.2 Excel 中公式和函数的使用	101
实训 5.3 Excel 数据管理和分析	107
实训 5.4 Excel 图表制作	115
本章技能训练题	120



第 6 章 演示文稿制作软件 PowerPoint 2003	123
实训 6.1 制作环境保护演示文稿	123
实训 6.2 制作学院简介演示文稿	130
实训 6.3 设计电子贺卡	139
本章技能训练题	145
第 7 章 Internet 应用	150
实训 7.1 浏览网页	150
实训 7.2 使用搜索引擎	153
实训 7.3 收发电子邮件	156
本章技能训练题	158
第 8 章 常用计算机工具软件	159
实训 8.1 使用 Windows Media Player	159
实训 8.2 使用 FlashGet	161
实训 8.3 使用 WinRAR	164
实训 8.4 使用 Foxmail	168
本章技能训练题	170
第 9 章 计算机信息安全	171
实训 9.1 提高 Windows 系统安全性	171
实训 9.2 使用瑞星杀毒	174
实训 9.3 使用木马克星	177
实训 9.4 使用天网防火墙	179
本章技能训练题	181
第 10 章 计算机应用模拟试卷	182
上机考试试卷一	182
上机考试试卷二	183
上机考试试卷三	185
上机考试试卷四	187
计算机基本技能竞赛题一	189
计算机基本技能竞赛题二	190
计算机基本技能竞赛题三	192

第 1 章

计算机基础知识

实训 1.1 微机的组成

【实训目的和要求】

- (1) 了解微机的组成部分，熟悉各主要部件的外观和简单使用。
- (2) 了解主机的组成，能在主机箱内指出各主要部件。
- (3) 能正确使用显示器上的按钮和开关。

【实训内容和步骤】

1. 观察微机外观

如图 1-1 所示，指出组成微机的主要部件，如主机、键盘、显示器、鼠标等。



图1-1 微机外观

2. 主机的组成

(1) 观察主机箱外观

在主机箱正面面板上指出电源开关、复位按钮、软盘驱动器（简称软驱）插口、光



盘驱动器（简称光驱）、USB 插口等。在主机箱的背面查看电源插口、键盘插口、鼠标插口，以及连接显示器、打印机、USB、IEEE1394 等的插口。

(2) 电源

打开主机箱，观察电源，其外观如图 1-2 所示。

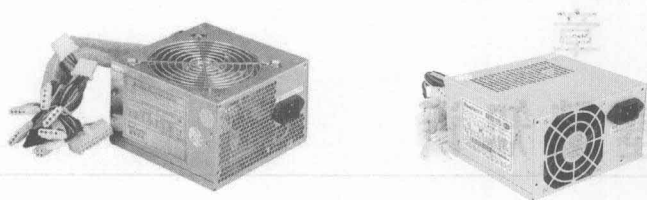


图1-2 电源的外观

(3) 主板

在主机箱内找到主板。观察它上面的控制芯片组、CPU 插座、BIOS 芯片、内存条插槽、PCI 局部总线扩展槽、AGP 显示卡接口插槽、键盘和鼠标接口以及一些外围接口和控制开关等，参见图 1-3 所示。

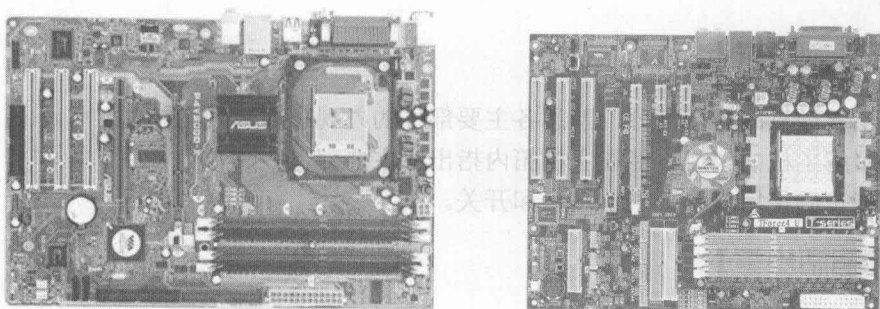


图1-3 主板的外观

(4) 中央处理器 CPU

在主机箱中，观察中央处理器 CPU，其形状参见图 1-4 所示。

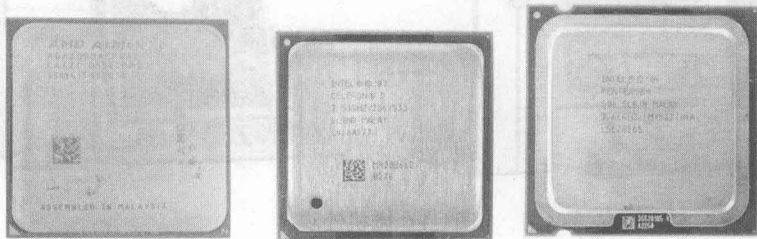


图1-4 CPU的外观

(5) 内存

找出内存条，形状如图 1-5 所示。观察内存条上的标签，说出其内存大小。

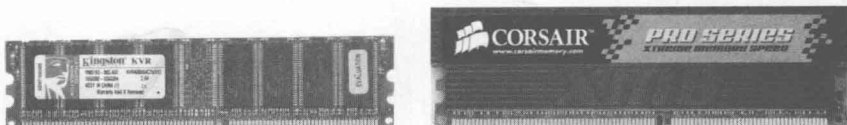


图1-5 内存条的外观

(6) 硬盘驱动器和光盘驱动器

观察硬盘和光驱的外观，如图 1-6 所示。



图1-6 硬盘和光驱

(7) 各种接口适配器

指出安装的显卡、声卡、网卡等，如图 1-7 所示。

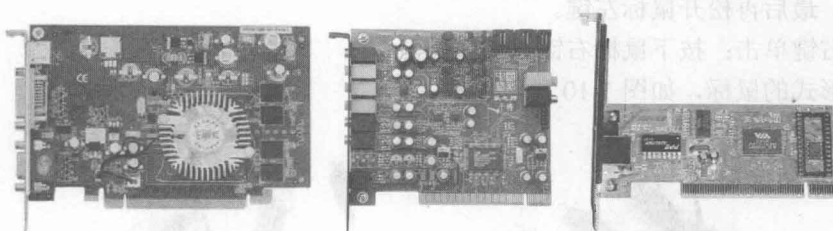


图1-7 显卡、声卡、网卡

3. 使用显示器上的按钮和开关

目前显示器常用的控制方式为屏幕显示菜单调节方式，如图 1-8 所示。

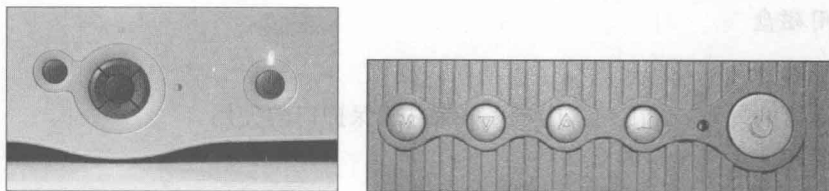


图1-8 屏幕显示菜单调节方式的控制按钮

观察显示器上的亮度调节按钮、对比度调节按钮、色彩调节按钮。练习使用这些按钮和开关。

4. 使用键盘

观察键盘上键位的大致排列情况，如图 1-9 所示。



图1-9 键盘

5. 使用鼠标

移动鼠标，通过鼠标上的按键练习共 5 种基本操作。

- (1) 指向：把鼠标指针移到操作对象上。
 - (2) 单击：按下并松开鼠标左键一次。
 - (3) 双击：快速按下并松开鼠标左键两次。
 - (4) 拖动：将鼠标指针指向某个对象上，然后按下鼠标左键不放，将鼠标指针移到目标位置，最后再松开鼠标左键。
 - (5) 右键单击：按下鼠标右键并快速松开。
- 各种形式的鼠标，如图 1-10 所示。

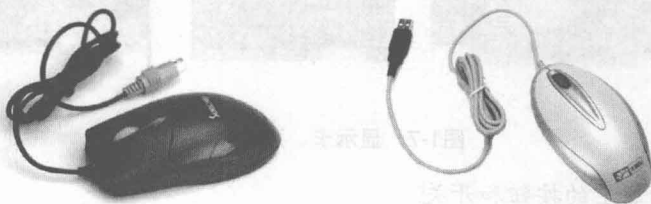


图1-10 鼠标

6. 使用磁盘

(1) U 盘

观察 U 盘的外观，如图 1-11 所示，练习写保护口的使用。

(2) 移动硬盘

观察 USB 移动硬盘的外观，如图 1-12 所示。



图1-11 U盘

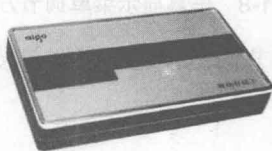


图1-12 移动硬盘



(3) 光盘

手握光盘的边缘,将光盘平稳地放入光驱,光盘上有文字的一面朝向。拿光盘时,注意手不要去接触光盘的表面,如果接触了光盘的表面,容易使光驱在读光盘数据时产生错误的信息。

(4) 软盘

观察软盘的外观,练习写保护口的使用。

实训 1.2 开机和关机

【实训目的和要求】

(1) 掌握正确的开机步骤。

(2) 掌握正确的关机步骤。

【实训内容和步骤】

1. 开机

(1) 确认微机系统中各设备已经正确安装和连接。

(2) 打开外部设备(如显示器、打印机等)的电源开关。

(3) 按下主机箱上的电源开关(通常标记有“Power”、“On/Off”等字样)。这时微机开始启动,系统首先进行硬件自检,并对内存自动进行测试。稍等片刻微机自动启动操作系统,进入 Windows 桌面(有些受限用户,需正确输入用户名和对应的密码后,才能进入 Windows 桌面)。

2. 关机

(1) 先从软盘驱动器或 CD-ROM 中取出软盘或光盘。

(2) 用鼠标单击任务栏中的“开始”按钮  → “开始”菜单 → “关机”命令 ,弹出“关闭计算机”对话框,如图 1-13 所示。

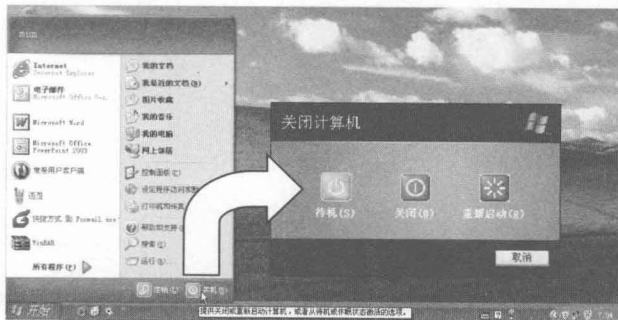


图1-13 关机



(3) 单击“关闭”按钮^①。这时，微机将自动切断主机电源。

(4) 最后关闭外部设备（如显示器、打印机等）的电源。

注意，关闭微机时切不可直接按下主机箱上的电源开关，因为 Windows 是一个多任务的操作系统，有一些程序或进程是在后台运行的，而且可能会有一些数据仍被暂时保存在内存中，关机前需要由系统将这些程序或进程退出，并将数据写回硬盘保存。直接关闭电源可能会造成数据丢失，甚至会造成系统损坏。

本章技能训练题

1. 观察微机外观，指出微机的各组成部分。
2. 观察微机主机箱面板，指出电源开关、光盘驱动器、USB 插口等的位置。
3. 在主机箱的背面，观察鼠标、键盘、显示器、音箱等连接线的连接位置。
4. 打开主机箱，指出电源、主板、CPU、内存、硬盘等的位置。
5. 按下微机电源开关启动微机，使用显示器上的按钮将屏幕显示亮度、对比度等调整到合适的位置，最后按照正确的关机方法关闭微机。

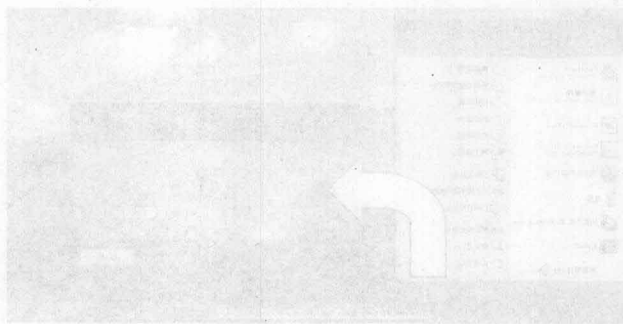


图 1-13 关机

第 2 章

Windows XP 操作系统

实训 2.1 Windows 的基本操作

【实训目的和要求】

- (1) 掌握 Windows 的启动与退出方法。
- (2) 熟悉 Windows 桌面的组成及各种图标的作用。
- (3) 掌握在桌面上建立快捷方式的方法。
- (4) 掌握多个窗口的切换方法。
- (5) 掌握自动隐藏任务栏的方法。
- (6) 掌握应用程序的启动和退出方法。

【实训内容和步骤】

1. 启动 Windows 操作系统

- (1) 打开微机电源，经过一段时间的启动过程，系统会显示用户登录界面。
- (2) 对于没有设置密码的用户，只需单击相应的用户图标，即可进行登录。
- (3) 对于设置了密码的用户，单击相应的用户图标时，在弹出的文本框中输入正确的密码，按 Enter 键，Windows XP 将自动进入 Windows 桌面，默认状态下如图 2-1 所示。

2. 查看磁盘驱动器上的内容

- (1) 双击桌面上“我的电脑”图标，打开“我的电脑”窗口，如图 2-2 所示，观察窗口中的内容。
- (2) 双击磁盘驱动器“本地磁盘 (D:)”的图标，查看磁盘驱动器 D 上的内容。
- (3) 单击“关闭”按钮，关闭“我的电脑”窗口。

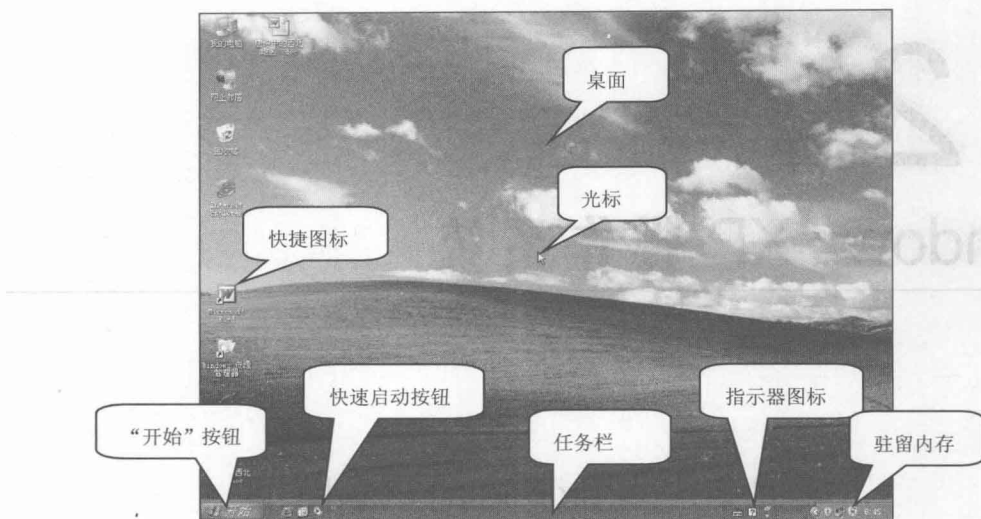


图2-1 Windows XP桌面



图2-2 “我的电脑”窗口

3. 启动应用程序

- (1) 单击“开始”按钮，打开“开始”菜单，如图2-3所示。
- (2) 指向“所有程序”→“附件”命令，弹出“附件”子菜单。
- (3) 单击“画图”命令，即可启动画图程序。
- (4) 单击画图程序中的“关闭”按钮关闭程序。

在程序运行的时候，观察任务栏中显示的信息。



图2-3 启动画图程序

4. 在桌面上建立画图程序的快捷方式

(1) 单击“开始”按钮→“所有程序”→“附件”命令。

(2) 指向“画图”，右键单击，在快捷菜单中单击“发送到”→“桌面快捷方式”命令，如图 2-4 所示。



图2-4 从“开始”菜单发送快捷方式

5. 多窗口操作

(1) 双击桌面上的“我的电脑”、“回收站”和“画图”等快捷图标，将窗口打开，如图 2-5 所示。

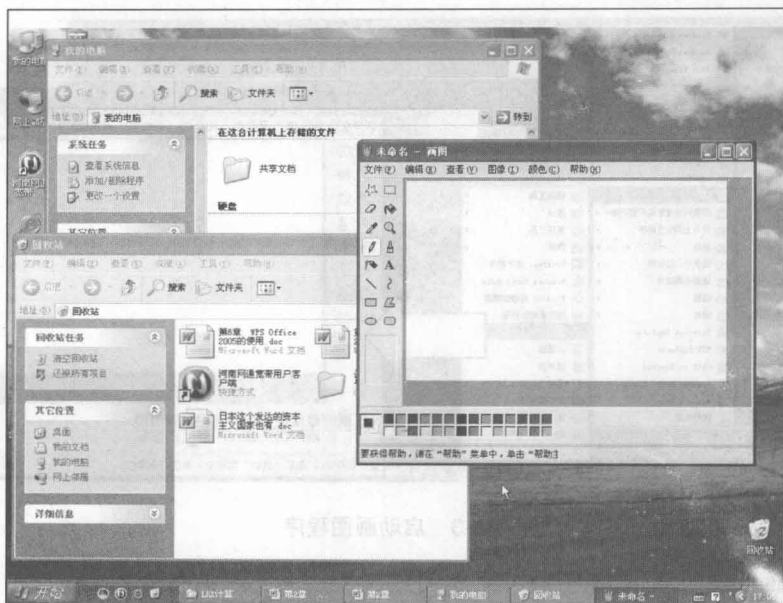


图2-5 多窗口操作

- (2) 反复按 Alt+Esc 键, 观察屏幕变化。
- (3) 单击某一非活动窗口的任意可见部分, 观察屏幕变化。
- (4) 单击任务栏上的窗口按钮, 观察屏幕变化。
- (5) 在窗口处于活动状态下, 将鼠标指针定位在要移动窗口的标题栏上, 然后拖动窗口至合适的位置, 松开鼠标左键, 观察屏幕变化。
- (6) 在窗口处于活动状态下, 将鼠标指针移到窗口边框上, 当鼠标指针变成一个跨边框的双向箭头时, 按住鼠标左键拖动, 观察程序窗口的变化。

6. 回收站的使用

- (1) 在“回收站”窗口中, 选中某一文件, 单击“回收站任务”项下的“还原该项目”命令, 还原该文件。
- (2) 选中要清除的文件, 单击“文件”→“删除”命令。
- (3) 单击“回收站任务”项下的“清空回收站”命令, 清除回收站中的所有项目, 如图 2-6 所示。

7. 设置任务栏自动隐藏

- (1) 右键单击任务栏上的空白区域, 在快捷菜单中单击“属性”命令, 打开“任务栏和[开始]菜单属性”对话框。
- (2) 在“任务栏”选项卡上, 选中“自动隐藏任务栏”复选框, 如图 2-7 所示。
- (3) 单击“确定”按钮。