



普通高等教育“十二五”规划教材

JISUANJI YINGYONG JICHU SHANGJI ZHIDAO

计算机应用基础

上机指导

总主审 黄 岚 唐永林
主 编 马志强 李玉丽 龚 娇



北京邮电大学出版社
www.buptpress.com

普通高等教育“十二五”规划教材

计算机应用基础上机指导

总主审	黄 岚	唐永林	
主 编	马志强	李玉丽	龚 娇
副主编	崔天明	刘 玮	张志刚



北京邮电大学出版社
[www. buptpress. com](http://www.buptpress.com)

内 容 简 介

为适应教学改革与人才培养的需求,本教材精心组织了如下内容的上机操作与配套习题:计算机基础知识、Windows XP 中文操作系统、Office 2007 办公软件、计算机网络基础和常用软件的使用。

该教材力求做到内容丰富翔实、语言通俗易懂。在讲授理论知识的同时配以丰富、实用的操作实例来讲述上机操作的详细步骤,以激发读者的学习兴趣;每章都安排相应的习题,以实现培养学生实际动手操作能力的目标。

本教材可以作为高等院校大学计算机基础课程的教材,也可供相关人员自学使用。

图书在版编目(CIP)数据

计算机应用基础上机指导 / 马志强, 李玉丽, 龚娇主编. -- 北京: 北京邮电大学出版社, 2014. 6
ISBN 978-7-5635-4031-0

I. ①计… II. ①马… ②李… ③龚… 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(2014)第 138073 号

书 名: 计算机应用基础上机指导

著作责任者: 马志强 李玉丽 龚娇 主编

责任编辑: 张珊珊

出版发行: 北京邮电大学出版社

社 址: 北京市海淀区西土城路 10 号(邮编: 100876)

发 行 部: 电话: 010-62282185 传真: 010-62283578

E-mail: publish@bupt.edu.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京源海印刷有限责任公司

开 本: 787 mm×1 092 mm 1/16

印 张: 14.25

字 数: 360 千字

版 次: 2014 年 6 月第 1 版 2014 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5635-4031-0

定 价: 28.00 元

• 如有印装质量问题,请与北京邮电大学出版社发行部联系 •

前 言

计算机应用基础课程是高等院校各专业大学生必修的基本课程,也是学习其他计算机相关课程的基础,这门课程具有非常强的操作性,需要理论和实践结合,通过上机实践来理解和掌握课堂所学内容。本书编者依据《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020年)》的指导精神,结合教育部《关于深化教育改革培养适应 21 世纪需要的高质量人才的意见》,根据普通高等院校教育人才培养目标及要求,遵循普通高等教育教学特点,针对普通高等院校学生的实际情况,结合教学实践,编写了本套教材。

本书由高校长期从事计算机应用基础教学的教师集体编写,是各位编者多年教学经验和智慧的结晶。为了保住教材的实用性和权威性,作者在撰稿前对教材内容体系进行了认真的分析和研究,在编写过程中,对书稿进行了反复修改。

本书作为《计算机应用基础》一书的配套教材,具有很强的通用性和实用性。书中设置了大量实验和习题供读者参考使用。

本书共分两大部分:上机实验和习题汇编,其中第一部分上机实验,分为六个章节,分别为第 1 章计算机基础知识(2 个实验)、第 2 章 Windows XP 操作系统(2 个实验)、第 3 章 Word 2007 字处理软件(6 个实验)、第 4 章 Excel 2007 电子表格处理软件(5 个实验)、第 5 章 PowerPoint 2007 演示文稿制作软件(2 个实验)和第 6 章计算机网络基础知识(2 个实验);第二部分习题汇编,包括这 6 个章节的习题,习题分为多种题型,如选择、填空、判断、信息匹配和简答等。

本书的可操作性强,对所有的实例都列出了非常详细的操作过程,并且配有详细图示,读者只需要按照书中的步骤一步一步操作,就可以掌握所学的内容。

本教材由东北师范大学马志强教授任第一主编、吉林建筑大学李玉丽任第二主编、吉林司法警官职业学院龚娇任第三主编,吉林大学黄岚教授、长春大学旅游学院唐永林教授任总主审。本教材主编各编写 10 万字,副主编各编写 2 万字。

本书在编写过程中,编者虽然未敢稍有疏虞,但纰漏和不尽如人意之处在所难免,诚请读者提出意见或建议,以便修订并使之更臻完善。

编者

目 录

第一部分 上机实验

第 1 章 计算机基础知识	3
实验一 计算机使用常识与规范	3
实验二 微型计算机的组成	5
实验三 鼠标的基本操作	10
实验四 键盘操作与指法训练	11
实验五 汉字的输入	15
第 2 章 Windows XP 操作系统	24
实验一 Windows XP 操作系统的安装	24
实验二 Windows XP 的基本操作	28
实验三 Windows XP 文件及文件夹操作	31
实验四 Windows XP 的系统管理	36
实验五 Windows XP 的常用附件	44
第 3 章 Word 2007 文字处理软件	49
实验一 Word 文档的基本操作	49
实验二 字符格式化	53
实验三 段落格式化	59
实验四 页面的设置	66
实验五 图文混排	74
实验六 制作表格	81
实验七 长文档的编辑	88
第 4 章 Excel 2007 电子表格软件	95
实验一 Excel 2007 的基本操作	95
实验二 Excel 2007 数据编辑	100
实验三 Excel 2007 公式和函数的使用	104
实验四 Excel 2007 图表创建与格式化	109

实验五 Excel 2007 数据统计	114
第 5 章 PowerPoint 2007 演示文稿制作软件实验	122
实验一 PowerPoint 演示文稿的制作	122
实验二 交互式相册的制作	131
第 6 章 计算机网络基础实验	134
实验一 接入互联网	134
实验二 使用 IE 浏览器访问 Internet	137
实验三 收发电子邮件	141
第 7 章 常用工具软件实验	146
实验一 常用下载软件的使用	146
实验二 常用压缩软件的使用	151
实验三 PDF 阅读器的使用	155

第二部分 习题汇编及答案

一 计算机文化概论习题	161
参考答案	169
二 Windows XP 操作系统习题	172
参考答案	178
三 Word 2007 文字处理软件习题	181
参考答案	184
四 Excel 2007 电子表格软件习题	186
参考答案	189
五 PowerPoint 2007 演示文稿制作软件习题	191
参考答案	197
六 计算机网络基础习题	199
参考答案	205
附录 A Office 2007 中常用的快捷键	208
附录 B Excel 2007 中的数据类型	210
附录 C Excel 2007 中的函数	211

第一部分 上机实验

第1章 计算机基础知识

实验一 计算机使用常识与规范

【实验目的】

用户在使用计算机时应该了解基本的计算机使用常识,养成良好的操作习惯,不仅能避免对计算机造成不必要的伤害,更能提高工作效率。

【相关知识】

- ◇ 计算机的环境要求
- ◇ 开关机注意事项
- ◇ 计算机使用注意事项

【实验内容】

一、计算机对使用环境的要求

计算机在使用时,对外部环境有一定的要求,尤其是在机房或现代化办公区域更应为计算机提供良好的外部环境,具体要求可列示如下。

1. 温度在 10~35℃ 之间,应避免突然的温度变化

电脑虽然和日常使用的家电一样耐用,但计算机使用最适宜的温度是 18~24℃,过高或过低的温度都会对计算机硬件的稳定性和使用寿命造成影响。

计算机应避免突然的温度变化,例如将计算机由寒冷处移至温暖处,两处温差若高于 10℃,将导致机体内部结露,进而损坏存储介质等部件。同时计算机由较寒冷环境进入较温暖的室内时不要急于开机工作,应等待计算机表面温度与室内温度相同后再开机,以避免对计算机造成损害。

2. 使用电脑时应发行量避免潮湿、阳光直射

湿度过高和过低,都会直接影响计算机系统的工作质量。一般情况下,计算机系统在工作时,要求使用环境的最佳湿度范围为 45%~60%,而最大允许范围不应超过 20%~80%。

如果湿度过高,会引起湿气附着于计算机部件的表面,使机内电路工作性能降低,甚至对元器件造成腐蚀,出现短路而烧毁某些部件。

当然湿度太低,太干燥对计算机的影响也是很严重的。低湿度极容易产生静电,容易产

生放电现象造成火灾,还很易吸附灰尘。

计算机的各部件都应避免阳光的直射,这样不仅会造成计算机外壳涂层的脱落而影响外观,更重要的是直射会使计算机的温度升高,影响硬件的工作状况和使用寿命。

3. 使用电脑要注意防尘

灰尘过多极易造成计算机线路短路和磁盘读写错误,使机器发生故障或者受到损坏。要经常用软布和中性清洗剂(或清水)擦净机器表面。确保工作环境是清洁的,每隔半年应在断电的情况下打开机箱用专用毛刷或冷风吹风机对机箱进行清灰处理。

4. 电源要安全接地

计算机在 180~260 V 均可正常工作,因此无须外加稳压电源。若所在地区经常断电,可配备不间断电源 UPS,以使机器能不间断地供电。使用 UPS 时,应按其标定容量的三分之二负载,绝不能使其在满负荷下运行。

5. 计算机应保持良好通风,使用时禁止遮挡

计算机外壳上的凹槽和插口是用来插接外部设备和进行通风的。为了确保计算机能稳定高效地工作,请勿阻塞或遮盖这些开口,以免影响散热。不要将计算机摆在床上、沙发或者其他类似的地方使用,以免通风口受阻。同时有研究表明也不要将笔记本电脑放置在腿上工作,这样不仅影响散热也会对健康造成影响。

6. 计算机工作时应远离磁场

电视、冰箱、马达或大型音箱等在工作时会产生强烈的磁场。计算机在工作时应与上述能够产生磁场的电器保持至少 13 cm 的距离。

二、开关机的注意事项

1. 开关机顺序

由于系统在开机和关机的瞬间会有较大的冲击电流,因此开机时一般要先开显示器,后开主机;打印机、音箱等外设可在需要时再开。而关机时务必先退出所有运行的程序,与开机顺序相反,先关主机,后关外设。

2. 开关机时间间隔

机器要经常使用,不要长期闲置。但在使用时必须防止频繁地开关机器。在关闭计算机后,不要马上再次启动电脑,最好应间隔 20 s 以上。

三、计算机的使用注意事项

- ◆ 计算机应放在平稳的表面,并减少对工作中计算机的震动。计算机工作中的震动会影响各部件连接的紧密度,对硬件造成一定的操作,尤其是硬盘、光盘等。大幅度的剧烈晃动会造成磁头定位不准甚至划伤盘面、碰坏磁头。因此,计算机在工作中一定要减少震动,尤其是硬盘在读写时(硬盘指示灯亮)。
- ◆ 硬盘灯亮时,说明计算机在读写数据,这时不能关机,否则可能造成硬盘物理性损坏。
- ◆ 显示器在一般情况下不必关闭电源,系统会自动关闭。尽量避免在使用过程中关闭显示器电源,以延长其使用寿命。
- ◆ 在插入 USB 设备和前置耳机时,最好先在金属上划一下,放掉静电后再使用。复制或读取 USB 设备时,应将 USB 设备安全删除后再拔出,尤其是 Windows 7 操作系统,以免损坏设备和数据。

- ◆ 应尽量安全关机(尽量避免使用快速关机/重启批处理如:Ctrl+Alt+End)。
- ◆ 尽量将重要的资料保存在C盘(系统盘)以外的分区,否则一旦系统崩溃,C盘的内容可能将会永久丢失。重要资料要注意备份,以防受到突然事故造成的破坏。
- ◆ 安装杀毒软件,并注意升级,必要时可进行系统还原。
- ◆ 计算机在进行较长时间使用后(一般三个月),由于数据的不断读写,会造成数据物理存储的不连续性,应对硬盘进行磁盘碎片整理。
- ◆ 开机加电后,不要插拔各种接口卡,不要连接或断开主机与外设之间的电缆。这些操作尽可能在断电的情况下进行。
- ◆ 机器出故障后,无维修能力的用户不要打开箱盖插拔插件,应及时与维修部门联系。厂商的售后服务是用户购买机器时必须谈妥的重要条件。

除上述注意事项之外,计算机在使用中还有很多操作常识和使用技巧,掌握基本的操作常识并灵活运用,将会使计算机始终处于一种稳定、高效的良好状态。

实验二 微型计算机的组成

【实验目的】

通过该实验,要求学生能熟悉微型计算机的各种硬件,对微型计算机的基本配置及各部件的功能有较详细的了解。

【相关知识】

- ◇ 微型计算机的基本配置
- ◇ 常见微机硬件及功能
- ◇ 磁盘格式化

【实验内容】

一、微型计算机的硬件组成

从微型计算机的硬件组成上来看,目前一套完整的多媒体微型计算机系统主要由以下部件组成:

- (1) 基本部件:包括CPU、主板、内存、硬盘、光驱、显卡、显示器、网卡、键盘、鼠标、主机箱、电源。
 - (2) 选用部件:包括声卡、打印机、扫描仪、摄像头、音箱、麦克风等。
- 在购买计算机时,应根据实际需要以及价格承受能力来选配各部件。

二、微型计算机的基本硬件

1. 主机箱

主机箱(如图1-1所示),是放置和固定各种计算机配件,起到承载和保护作用。此外,计算机机箱具有屏蔽电磁辐射的重要作用。

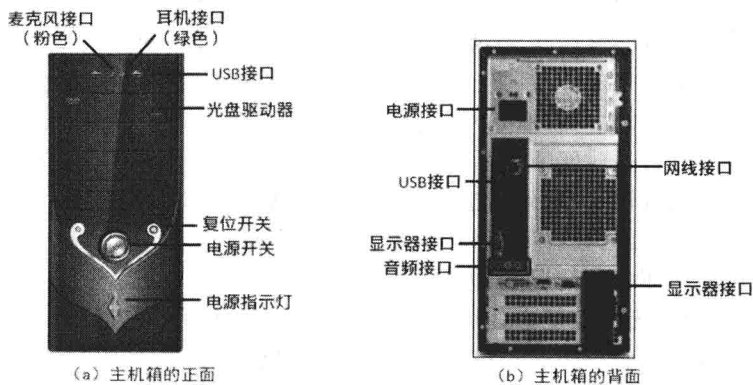


图 1-1 主机箱

2. 电源

计算机电源,它的作用是将交流电通过一个开关电源变压器换为 5 V, -5 V, +12 V, -12 V, +3.3 V 等稳定的直流电,以供应主机箱内 CPU、主板、光驱、硬盘驱动及各种适配器扩展卡等系统部件使用(如图 1-2 所示)。其性能的好坏,直接影响计算机的稳定运行以及其他部件的使用寿命。

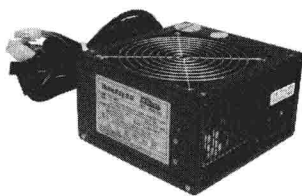


图 1-2 电源

3. 主板

主板又称母板(如图 1-3 所示),是安装在主机箱内最大的一块印刷电路板,是计算机最基本也是最重要的部件之一。它是计算机中各个部件的连接中枢,CPU、内存、硬盘、电源以及各种插卡等几乎所有的计算机部件都通过插槽或接口连接到主板。

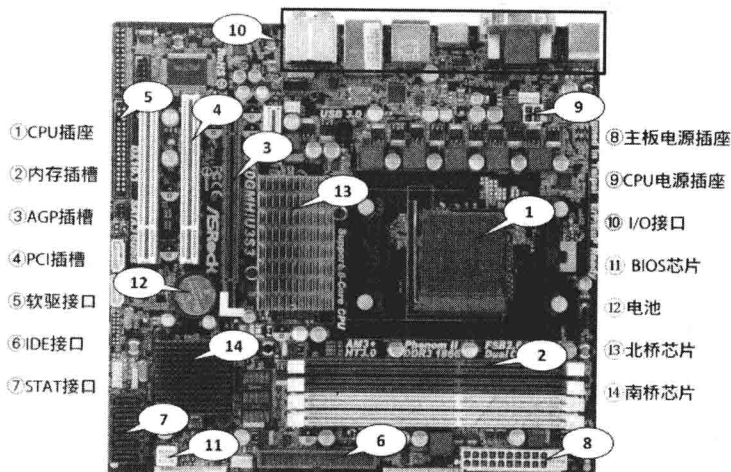


图 1-3 主板

4. CPU

CPU(Central Processing Unit)中文名称是中央处理器(如图 1-4 所示),是计算机的核心部件。CPU 是判断计算机性能高低的首要标准,它一般安插在主板的 CPU 插座上。

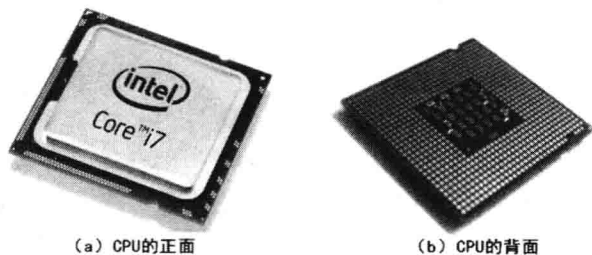


图 1-4 CPU

5. 内存条

内存通常是一块条状电路板(俗称“内存条”),一般由半导体器件构成,可以分为随机存储器(RAM)和只读存储器(ROM)两类。人们通常所说的内存一般是指 RAM。内存是一个独立的计算机部件,上面有许多内存芯片,同 CPU 一样,内存也插在计算机主板的内存插槽中,如图 1-5 所示。

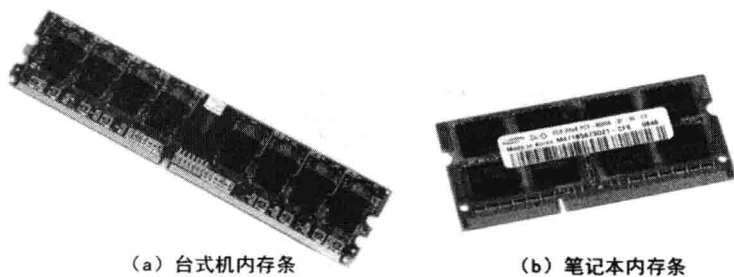


图 1-5 内存条

6. 硬盘

硬盘(如图 1-6 所示)是计算机中最重要的外部存储设备,一般固定在计算机的主机箱内,它的存储介质是若干钢性磁片,存储速度快、容量大、可靠性高。常见的硬盘接口有 SATA 接口、IDE 接口和 SCSI 接口三种,目前 SATA 接口的硬盘最普遍。

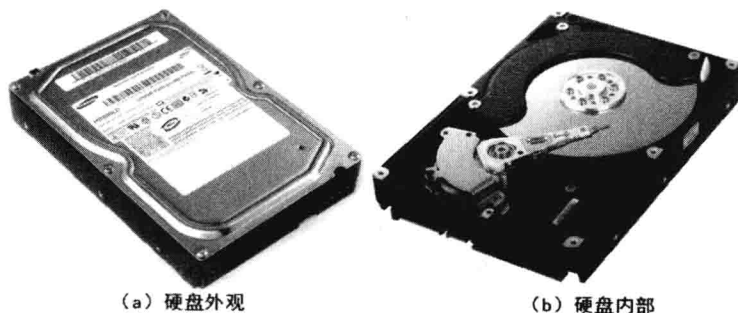


图 1-6 硬盘

7. 光盘驱动器

光盘驱动器,简称光驱(如图 1-7 所示)。它的作用是对插入其中的光盘进行读写。是台式机和笔记本便携式电脑里比较常见的一个部件。随着多媒体的应用越来越广泛,使得光驱在计算机诸多配件中已经成为标准配置。

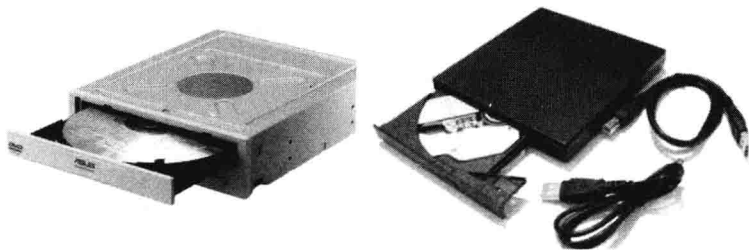


图 1-7 光驱

8. 显卡/网卡

① 显示适配卡,简称显卡(如图 1-8 所示)。显卡是计算机与显示器之间的一种接口卡。显卡的作用主要是将主机的数字信号转换为模拟信号,负责图形处理、把计算机的数据传输给显示器,并控制显示器的数据组织方式。一般用户可以使用集成在主板上的集成显卡,对显示性能要求更高的用户可以使用独立显卡。

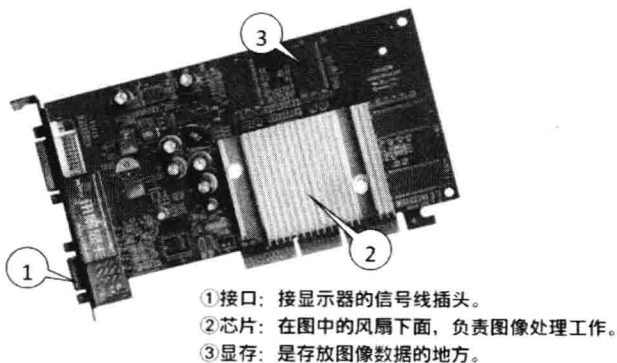


图 1-8 显卡

② 网卡(如图 1-9 所示)是主机箱内插入的一块用于计算机与外界局域网连接的网络接口板(或者是在笔记本电脑中插入一块 PCMCIA 卡)。它是用来建立局域网并连接到 Internet 的重要设备之一。在整合型主板中常把显卡、声卡、网卡部分或全部集成在主板上。

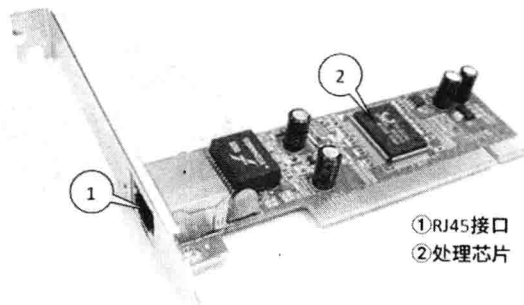


图 1-9 网卡

9. 显示器

显示器是微型计算机系统不可缺少的输出设备。用户主要通过它来查看送入计算机的程序、数据、图形等信息及经过计算机处理后的中间结果、最终结果。

显示器按显像管的工作原理可以分为 CRT 显示器(即阴极射线管显示器)和 LCD 显示器(即液晶显示器)两类,如图 1-10 所示。

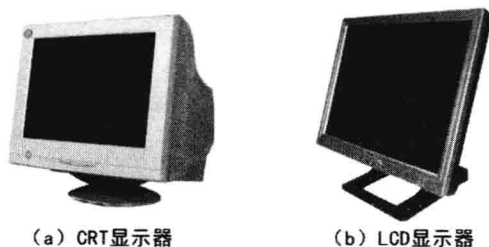


图 1-10 显示器

10. 键盘/鼠标

键盘和鼠标是计算机系统中非常重要的输入设备,是人机交互的主要媒介,如图 1-11 所示。



图 1-11 键盘和鼠标

三、磁盘的格式化操作

硬盘的格式化操作可分为高级格式化与低级格式化两种,日常所提到的硬盘格式化多为高级格式化。这里简要介绍硬盘的高级格式化操作。

硬盘的格式化将使硬盘中指定格式化的磁盘中的所有文件全部清除,因此执行此操作时一定要慎重。下面以对 E 盘的格式化为例来进行操作。

步骤 1:启动计算后,在桌面的左下角选择【开始】→【运行】命令,打开【运行】对话框,如图 1-12 所示。

步骤 2:在【运行】对话框中输入“format:”,单击【确定】按钮。

步骤 3:在命令窗口中出现的【是否继续进行格式化(Y/N)?】命令提示后输入【Y】,即开始进行格式化操作,如图 1-13 所示。

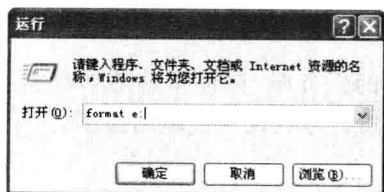


图 1-12 【运行】对话框

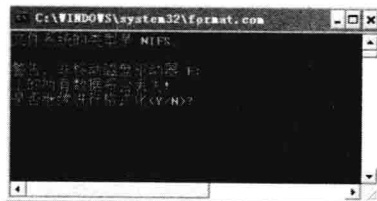


图 1-13 选择是否对硬盘格式化

步骤 4: 格式化完成后, 屏幕出现格式化情况报告单后自动关闭命令窗口。

【课后思考】

1. 结合所学知识, 在进行市场调研的基础上, 给出一份性能/价格比较好的微型计算机配置方案。
2. 视频设备(麦克风、音箱、摄像头)与计算机主机之间连接, 可能的接口方式或类型有哪些?
3. 显卡在计算机中起什么作用?

实验三 鼠标的基本操作

【实验目的】

掌握鼠标的基本操作和常用鼠标指针形状及其含义。

【相关知识】

- ◇ 鼠标的基本操作
- ◇ 常用鼠标指针形状及其含义

【实验内容】

一、鼠标的基本操作

正确操作鼠标的方法是用右手握住鼠标, 并将食指放在鼠标的左键上, 中指放在鼠标的右键上。

鼠标常用的操作包括如下几个:

1. 指向: 移动, 将指针移到指定位置。
2. 单击: 指针指向对象后, 单击一下“鼠标”左键。
3. 双击: 指针指向对象后, 连续点击“鼠标”左键两次。
4. 右击: 指针指向对象后, 单击一下“鼠标”右键。
5. 拖动: 指针指向对象后, 按住“鼠标”左键不放, 移动“鼠标”, 将对象移动到指定位置, 再放开“鼠标”左键。

二、鼠标指针

当鼠标指向屏幕的不同部分或者在执行不同的任务时, 鼠标指针的形状会有所不同。如表 1-1 所示是 Windows 标准方案中常见的鼠标指针形状及所代表的操作。

表 1-1 鼠标指针形状和对应的操作

指针形状	当前操作功能	
	标准选择	表示系统处于闲置状态,随时可执行任务
	帮助选择	此时指针指向某个项目,可获得该项目的帮助作息
	后台操作	表示系统正在执行任务,但还可以执行其他任务
	忙	表示系统正忙于处理某项任务,无暇处理其他任务
	文字选择	表示此时可输入字符
	调整垂直大小	移动指针可改变窗口高度
	调整水平大小	移动指针可改变窗口宽度
	对角线调整	移动指针可改变窗口大小
	移动	移动指针可移动所选对象,改变其位置
	连接选择	单击对象,可打开该对象

实验四 键盘操作与指法训练

【实验目的】

键盘是计算机系统最重要的输入设备,要使用好计算机必须熟练掌握键盘上各键的使用方法;掌握操作键盘的正确坐姿。

【相关知识】

- ◇ 熟悉键盘的组成和按键分布
- ◇ 掌握常用键的作用
- ◇ 掌握键盘的指法和按键基本要求

【实验内容】

一、熟悉键盘的组成

目前比较常见的标准键盘可以分为主键盘区、功能键区、编辑键区和数字键区,如图1-14所示。

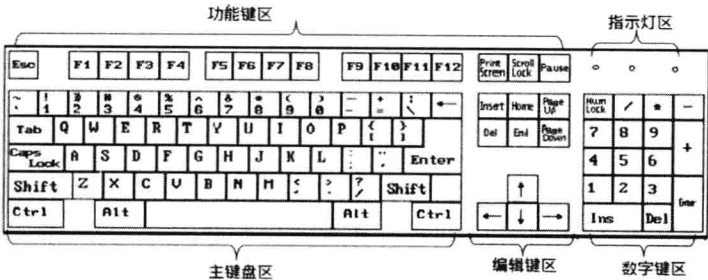


图 1-14 标准键盘键位图