

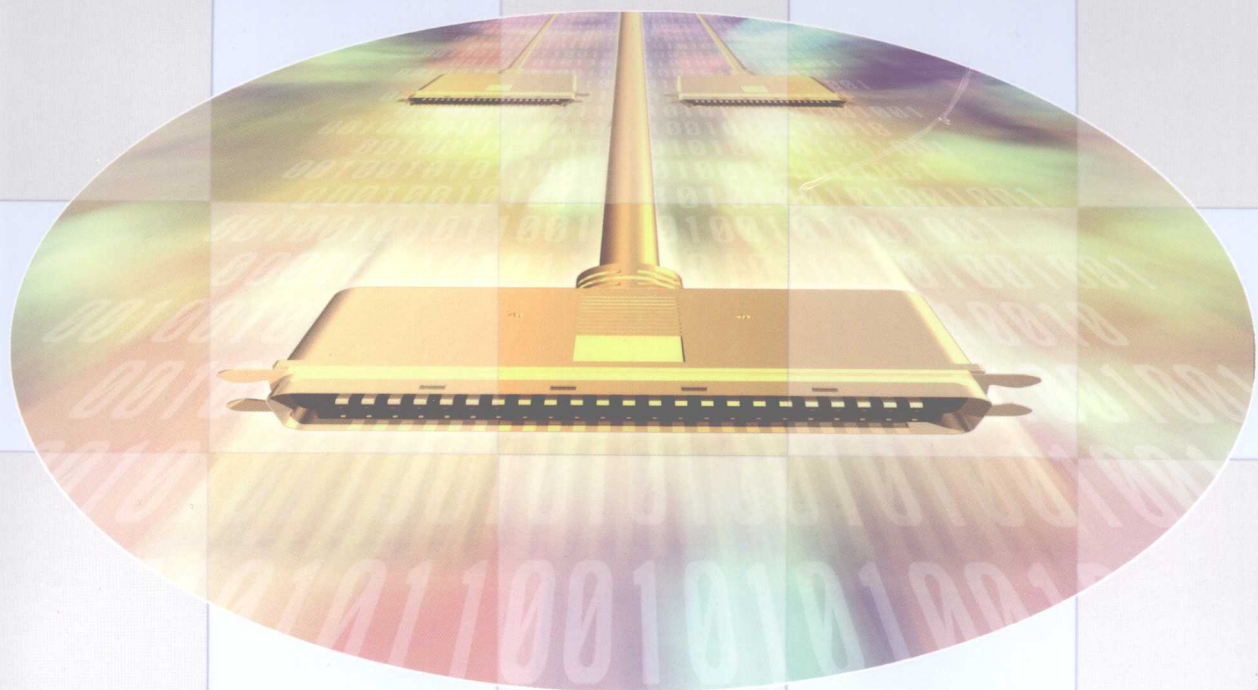


新世纪高职高专
计算机基础教育系列规划教材

计算机应用基础实训

JISUANJI YINGYONG JICHU SHIXUN

新世纪高职高专教材编审委员会 组编
金英华 编著



大连理工大学出版社
DALIAN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PRESS

责任编辑 潘弘喆 封面设计 张莹



**XINSHIJI GAOZHI GAOZHUAN
JISUANJI JICHU JIAOYU XILIE GUIHUA JIAOCAI**

新世纪高职高专计算机基础教育系列规划教材目录

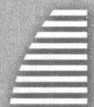
- | | |
|--|---------------|
| 1. 新编计算机文化基础 (第六版) | 20. 计算机网络技术基础 |
| 2. 计算机公共基础教程 (Windows 2000+Offices 2000) (第二版) | 21. C语言简明教程 |
| 3. 计算机应用基础 (第四版) | 22. 计算机应用基础 |
| 4. 操作系统 (第三版) | 23. 计算机应用基础教程 |
| 5. Linux操作系统 | 24. 计算机应用基础实训 |
| 6. 离散数学 (第二版) | |
| 7. 大学计算机基础 | |
| 8. 大学计算机基础实训教程 | |
| 9. 数据库系统及应用 (第五版) | |
| 10. Visual FoxPro 数据库程序设计实训指导 (第二版) | |
| 11. C语言程序设计 (第五版) | |
| 12. C语言程序设计习题解答与技能训练 | |
| 13. Visual Basic 程序设计 (理论篇 第二版) | |
| 14. Visual Basic 程序设计 (实训篇) | |
| 15. Internet实用技术 (第三版) | |
| 16. 计算机网络技术 (基础篇 第四版) | |
| 17. 计算机网络技术 (实训篇 第四版) | |
| 18. 计算机 (信息) 应用基础 | |
| 19. 办公自动化实训教程 | |

ISBN 978-7-5611-5010-8



9 787561 150108 >

定价: 15.00元



新世纪

新世纪高职高专
计算机基础教育系列规划教材

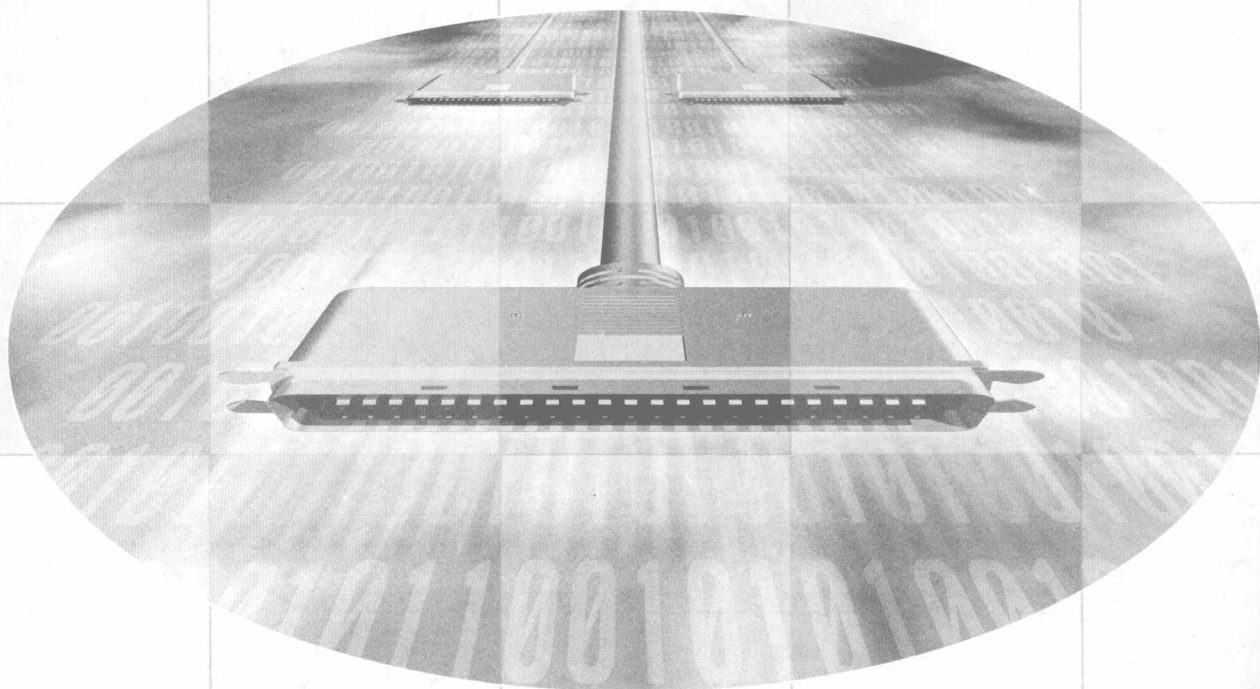
计算机应用基础实训

JISUANJI YINGYONG JICHU SHIXUN

新世纪高职高专教材编审委员会 组编

金英华 编著

副主编 徐贞如



大连理工大学出版社
DALIAN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

计算机应用基础实训/金英华编著. —大连:大连理工大学出版社,2009.9

新世纪高职高专计算机基础教育系列规划教材

ISBN 978-7-5611-5010-8

I. 计… II. 金… III. 电子计算机—高等学校:技术学校—教材 IV. TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 142476 号

大连理工大学出版社出版

地址:大连市软件园路 80 号 邮政编码:116023

发行:0411-84708842 邮购:0411-84703636 传真:0411-84701466

E-mail: dulp@dulp. cn URL: <http://www.dulp. cn>

大连理工印刷有限公司印刷 大连理工大学出版社发行

幅面尺寸:185mm×260mm 印张:7.5 字数:171 千字

印数:1~1500

2009 年 9 月第 1 版

2009 年 9 月第 1 次印刷

责任编辑:潘弘喆

责任校对:丛培训

封面设计:张莹

ISBN 978-7-5611-5010-8

定 价:15.00 元

我们已经进入了一个新的充满机遇与挑战的时代,我们已经跨入了 21 世纪的门槛。

20 世纪与 21 世纪之交的中国,高等教育体制正经历着一场缓慢而深刻的革命,我们正在对传统的普通高等教育的培养目标与社会发展的现实需要不相适应的现状作历史性的反思与变革的尝试。

20 世纪最后的几年里,高等职业教育的迅速崛起,是影响高等教育体制变革的一件大事。在短短的几年时间里,普通中专教育、普通高专教育全面转轨,以高等职业教育为主导的各种形式的培养应用型人才的教育发展到与普通高等教育等量齐观的地步,其来势之迅猛,发人深省。

无论是正在缓慢变革着的普通高等教育,还是迅速推进着的培养应用型人才的高职教育,都向我们提出了一个同样的严肃问题:中国的高等教育为谁服务,是为教育发展自身,还是为包括教育在内的大千社会?答案肯定而且唯一,那就是教育也置身其中的现实社会。

由此又引发出高等教育的目的问题。既然教育必须服务于社会,它就必须按照不同领域的社会需要来完成自己的教育过程。换言之,教育资源必须按照社会划分的各个专业(行业)领域(岗位群)的需要实施配置,这就是我们长期以来明乎其理而疏于力行的学以致用问题,这就是我们长期以来未能给予足够关注的教育目的问题。

众所周知,整个社会由其发展所需要的不同部门构成,包括公共管理部门如国家机构、基础建设部门如教育研究机构和各种实业部门如工业部门、商业部门,等等。每一个部门又可作更为具体的划分,直至同它所需要的各种专门人才相对应。教育如果不能按照实际需要完成各种专门人才培养的目标,就不能很好地完成社会分工所赋予它的使命,而教育作为社会分工的一种独立存在就应受到质疑(在市场经济条件下尤其如此)。可以断言,按照社会的各种不同需要培养各种直接有用人才,是教育体制变革的终极目的。



随着教育体制变革的进一步深入,高等院校的设置是否会同社会对人才类型的不同需要一一对应,我们姑且不论。但高等教育走应用型人才培养的道路和走研究型(也是一种特殊应用)人才培养的道路,学生们根据自己的偏好各取所需,始终是一个理性运行的社会状态下高等教育正常发展的途径。

高等职业教育的崛起,既是高等教育体制变革的结果,也是高等教育体制变革的一个阶段性表征。它的进一步发展,必将极大地推进中国教育体制变革的进程。作为一种应用型人才培养的教育,它从专科层次起步,进而应用本科教育、应用硕士教育、应用博士教育……当应用型人才培养的渠道贯通之时,也许就是我们迎接中国教育体制变革的成功之日。从这一意义上说,高等职业教育的崛起,正是在为必然会取得最后成功的教育体制变革奠基。

高等职业教育还刚刚开始自己发展道路的探索过程,它要全面达到应用型人才培养的正常理性发展状态,直至可以和现存的(同时也正处在变革分化过程中的)研究型人才培养的教育并驾齐驱,还需要假以时日;还需要政府教育主管部门的大力推进,需要人才需求市场的进一步完善发育,尤其需要高职教学单位及其直接相关部门肯于做长期的坚忍不拔的努力。新世纪高职高专教材编审委员会就是由全国 100 余所高职高专院校和出版单位组成的旨在以推动高职高专教材建设来推进高等职业教育这一变革过程的联盟共同体。

在宏观层面上,这个联盟始终会以推动高职高专教材的特色建设为己任,始终会从高职高专教学单位实际教学需要出发,以其对高职教育发展的前瞻性的总体把握,以其纵览全国高职高专教材市场需求的广阔视野,以其创新的理念与创新的运作模式,通过不断深化的教材建设过程,总结高职高专教学成果,探索高职高专教材建设规律。

在微观层面上,我们将充分依托众多高职高专院校联盟的互补优势和丰裕的人才资源优势,从每一个专业领域、每一种教材入手,突破传统的片面追求理论体系严整性的意识限制,努力凸现高职教育职业能力培养的本质特征,在不断构建特色教材建设体系的过程中,逐步形成自己的品牌优势。

新世纪高职高专教材编审委员会在推进高职高专教材建设事业的过程中,始终得到了各级教育主管部门以及各相关院校相关部门的热忱支持和积极参与,对此我们谨致深深谢意,也希望一切关注、参与高职教育发展的同道朋友,在共同推动高职教育发展、进而推动高等教育体制变革的进程中,和我们携手并肩,共同担负起这一具有开拓性挑战意义的历史重任。

新世纪高职高专教材编审委员会

2001 年 8 月 18 日

前言

《计算机应用基础实训》是新世纪高职高专教材编审委员会组编的计算机基础教育系列规划教材之一。

在当今信息时代,计算机应用也越发广泛和深入。系统地学习和掌握计算机知识、具备较强的计算机应用能力已经成为学生获得良好职业生涯的重要前提。计算机实践教学是计算机课程的重要环节,通过上机操作将所学的知识应用于实践,是课堂教学的延伸和补充。计算机实践教学无论在掌握计算机理论和原理方面,还是在培养学生运用计算机解决其他问题的能力方面,都占有相当重要的位置。因此,我们编写了《计算机应用基础实训》。

本教材是与《计算机公共基础教程》配套的实验指导教材,依据教育部最新制定的《高职高专教育计算机公共基础课程教学基本要求》进行编写,实验内容力求涵盖各章的知识要点、重点和难点。和同类教材相比,本教材主要突出以下几个特点:

1. 采用“任务驱动,案例教学”的模式,符合学生思维构建方式。每章都配备大量实验练习题,有助于学生巩固所学知识。

2. 在编写过程中力求做到深入浅出、内容精炼、案例丰富、结构严谨,既尽可能多地涉及教学知识点,又突出实用性和代表性,强调实践操作和应用技能的训练。力求结合案例加深学生对理论知识的理解,达到提升学生知识综合运用能力的目的。

3. 通过学习,提高学生的计算机操作能力、分析问题和解决问题的能力,体现了素质教育的宗旨。

本教材可作为高职高专学校及中等职业教育学校的计算机公共基础课教材,也可作为全国计算机等级考试一

级水平考试的自学参考书和各类计算机培训的教材。

本教材共分6章,分别是:计算机基础知识、中文操作系统 Windows XP、文字处理软件 Word 2003、电子表格处理软件 Excel 2003、电子演示文稿软件 PowerPoint 2003 和 Internet 基础知识和基本应用。

本教材由沈阳师范大学职业技术学院金英华编著,由华东交通大学高等职业技术学院徐贞如担任副主编,沈阳师范大学职业技术学院刘春颖和华东交通大学高等职业技术学院王晓明参与编写。金英华编写第1、2、3、4、5、6章,徐贞如参与第3章编写,王晓明参与第4章编写,刘春颖参与第1、4、5、6章编写。全书由金英华统稿并审阅。

本教材在编写过程中得到了各方面的大力支持和帮助,在此表示衷心的感谢!

由于编者水平有限,难免有不妥之处,敬请读者批评指正。

所有意见和建议请发往:gzjckfb@163.com

欢迎访问我们的网站:<http://www.dutpgz.cn>

联系电话:0411-84707492 84706104

编 者

2009年9月



第 1 章 计算机基础知识	1
实训一 计算机硬件系统.....	1
实训二 英文指法练习.....	2
实训三 计算机软件系统.....	4
实训四 计算机病毒的检测与清除.....	8
实训五 体验多媒体	10
第 2 章 中文操作系统 Windows XP	12
实训一 汉字录入练习	12
实训二 文件和文件夹的管理	12
实训三 Windows XP 控制面板的基本操作	17
实训四 硬件的安装和卸载	28
实训五 应用程序的安装和删除	35
实训六 常用附件的操作	39
第 3 章 文字处理软件 Word 2003	50
实训一 文档的创建与编辑	50
实训二 文档的简单排版	53
实训三 表格的创建、编辑及设置.....	59
实训四 Word 2003 高级排版	62
实训五 公式编辑器	68
实训六 宏的录制与应用	70
实训七 邮件合并	73
第 4 章 电子表格处理软件 Excel 2003	77
实训一 Excel 2003 工作表的建立	77
实训二 工作表的编辑和格式化	78
实训三 数据图表化	82
实训四 宏的录制与应用	84
实训五 数据管理	85

第 5 章 演示文稿软件 PowerPoint 2003	92
实训一 PowerPoint 基本操作	92
实训二 幻灯片的编辑(一)	97
实训三 幻灯片的编辑(二)	100
第 6 章 Internet 基础知识和基本应用	102
实训一 Internet 接入方式	102
实训二 浏览器的使用	105
实训三 电子邮件的使用	108
实训四 网络资源检索	111
实训五 网络文件传输	114
实训六 网络即时通信	117
实训七 网络支付	120
实训八 网络购物	123
实训九 网络新闻	126
实训十 网络论坛	129
实训十一 网络聊天	132
实训十二 网络投票	135
实训十三 网络调查	138
实训十四 网络广告	141
实训十五 网络招聘	144
实训十六 网络求职	147
实训十七 网络交友	150
实训十八 网络游戏	153
实训十九 网络音乐	156
实训二十 网络视频	159
实训二十一 网络直播	162
实训二十二 网络新闻	165
实训二十三 网络论坛	168
实训二十四 网络聊天	171
实训二十五 网络投票	174
实训二十六 网络调查	177
实训二十七 网络广告	180
实训二十八 网络招聘	183
实训二十九 网络求职	186
实训三十 网络交友	189
实训三十一 网络游戏	192
实训三十二 网络音乐	195
实训三十三 网络视频	198
实训三十四 网络直播	201
实训三十五 网络新闻	204
实训三十六 网络论坛	207
实训三十七 网络聊天	210
实训三十八 网络投票	213
实训三十九 网络调查	216
实训四十 网络广告	219
实训四十一 网络招聘	222
实训四十二 网络求职	225
实训四十三 网络交友	228
实训四十四 网络游戏	231
实训四十五 网络音乐	234
实训四十六 网络视频	237
实训四十七 网络直播	240
实训四十八 网络新闻	243
实训四十九 网络论坛	246
实训五十 网络聊天	249
实训五十一 网络投票	252
实训五十二 网络调查	255
实训五十三 网络广告	258
实训五十四 网络招聘	261
实训五十五 网络求职	264
实训五十六 网络交友	267
实训五十七 网络游戏	270
实训五十八 网络音乐	273
实训五十九 网络视频	276
实训六十 网络直播	279
实训六十一 网络新闻	282
实训六十二 网络论坛	285
实训六十三 网络聊天	288
实训六十四 网络投票	291
实训六十五 网络调查	294
实训六十六 网络广告	297
实训六十七 网络招聘	300
实训六十八 网络求职	303
实训六十九 网络交友	306
实训七十 网络游戏	309
实训七十一 网络音乐	312
实训七十二 网络视频	315
实训七十三 网络直播	318
实训七十四 网络新闻	321
实训七十五 网络论坛	324
实训七十六 网络聊天	327
实训七十七 网络投票	330
实训七十八 网络调查	333
实训七十九 网络广告	336
实训八十 网络招聘	339
实训八十一 网络求职	342
实训八十二 网络交友	345
实训八十三 网络游戏	348
实训八十四 网络音乐	351
实训八十五 网络视频	354
实训八十六 网络直播	357
实训八十七 网络新闻	360
实训八十八 网络论坛	363
实训八十九 网络聊天	366
实训九十 网络投票	369
实训九十一 网络调查	372
实训九十二 网络广告	375
实训九十三 网络招聘	378
实训九十四 网络求职	381
实训九十五 网络交友	384
实训九十六 网络游戏	387
实训九十七 网络音乐	390
实训九十八 网络视频	393
实训九十九 网络直播	396
实训一百 网络新闻	399

第1章

计算机基础知识

实训一 计算机硬件系统

实训目的

1. 熟悉计算机基本硬件配置及各个部件的功能。
2. 掌握 PC 机正确启动、关闭的过程。

操作要求

初识 PC 机硬件系统,学会 Windows XP 中鼠标的操作方法。

操作指导

第一步:观察计算机

- (1) 掌握主机面板上的按钮“Power”、“Reset”的使用方法;
- (2) 使用调节按钮调整显示器的显示方式、幅度、明暗度和对比度;
- (3) 开、关光盘驱动器门,插入、取出光盘;
- (4) 会看硬盘、光盘驱动器、打印机、扫描仪、ADSL 工作指示灯;
- (5) 使用 U 盘时,把 U 盘直接插到计算机的 USB 接口,系统会自动识别 U 盘。

第二步:学会开、关计算机

(1) 开机步骤

- ① 冷启动:接通显示器电源开关后,再按下主机箱上的“Power”按钮的启动。
- ② 复位启动:系统已通电情况下,按下主机箱上的“Reset”按钮的启动。

(2) 关机步骤

关闭计算机:单击任务栏上的“开始”按钮,弹出“开始”菜单,选择“关闭计算机”命令,在“关闭计算机”对话框中选择“关机”选项,如图 1-1 所示。

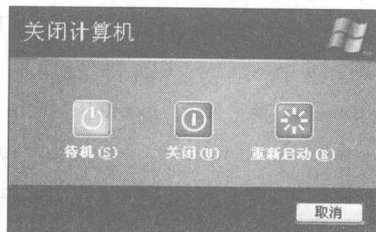


图 1-1 “关闭计算机”对话框

实训二 英文指法练习

实训目的

1. 掌握 Windows XP 标准键盘上各键的功能与操作方法。
2. 掌握正确的操作姿势和基本指法。

操作要求

使用“金山打字通”软件输入下面的英文短文,要求输入速度达到 30 个字母/分~60 个字母/分。

The Important Things in Life

Sometimes people come into your life and you know right away that they were meant to be there, to serve some sort of purpose, teach you a lesson, or to help you figure out who you are or who you want to become. You never know who these people may be—a roommate, a neighbor, a professor, a friend, a lover, or even a complete stranger—but when you lock eyes with them, you know at that very moment they will affect your life in some profound way. Sometimes things happen to you that may seem horrible, painful, and unfair at first, but in reflection you find that without overcoming those obstacles you would have never realized your potential, strength, willpower, or heart. Noteprofound obstacle potential willpower Illness, injury, love, lost moments of true greatness, and sheer stupidity all occur to test the limits of your soul. Without these small tests, whatever they may be, life would be like a smoothly paved straight flat road to nowhere. It would be safe and comfortable, but dull and utterly pointless. The people you meet who affect your life, and the success and downfalls you experience, help to create who you are and who you become. Even the bad experiences can be learned from. In fact, they are sometimes the most important ones. Notesheer stupidity downfall If someone loves you, give love back to them in whatever way you can, not only because they love you, but because in a way, they are teaching you to love and how to open your heart and eyes to things. If someone hurts you, betrays you, or breaks your heart, forgive them, for they have helped you learn about trust and the importance of being cautious to whom you open your heart. Notebetray cautious Make every day count. Appreciate every moment and take from those moments everything that you possibly can for you may never be able to experience it again. Talk to people that you have never talked to before, and listen to what they have to say. Let yourself fall in love, break free, and set your sights high. Hold your head up because you have every right to. Tell yourself you are a great individual and believe in yourself, for if you don't believe in yourself, it will be hard for others to believe in you. You can make anything you wish of your life. Create your own life and then go out and live it with absolutely no regrets. Noteabsolutely And if you love someone tell them, for you never know what tomorrow may have in store.

操作指导

第一步:掌握键盘使用的基本要求。

键盘是微机最基本的输入设备,从第一次上机开始就要养成良好的键盘使用习惯,从而达到快速、准确输入的目的。

使用键盘时应注意正确的按键方法。在按键时,手抬起,伸出要按键的手指,在键上快速击打一下,不要用力太猛,更不要按住一个键长时间不放。在按键时手指也不要抖动,用力一定要均匀。在进行输入时,正确姿势是坐姿端正、腰背挺直、两脚平稳踏地;身体微向前倾、双肩放松、两手自然地放在键盘上方;大臂和小肘微靠近身体、手腕不要抬得太高、也不要触到键盘;手指微微弯曲、轻放在导键上、右手拇指稍靠近空格键。

输入时,两眼应注视屏幕或要输入的原稿,尽量不要看键盘。手指按规定的指法敲击键盘,敲键盘时,肘和腕不要使劲,而是通过手指关节活动的力量敲击各键,这样才有可能提高输入速度,长时间操作也不致疲劳。

第二步:掌握键盘基本指法。

键盘上的字符键与标准打字机的键盘相同,由于字符键使用率较高,因此在使用键盘时,首先要熟悉字符键,字符键中的 A、S、D、F、J、K、L 和 键称为导键(home key),键盘练习时要首先认识导键并从导键开始练习。

键盘指法规定使用键盘时将手指微微弯曲,轻放在导键上,即将左手小指、无名指、中指、食指分别置于“A、S、D、F”键上,左手拇指自然向掌心弯曲;将右手食指、中指、无名指、小指分别置于“J、K、L、;”键上,右手拇指轻置于空格键上。如果需要输入导键外的其他字符,手指在键盘上方有规则地进行移动。根据键盘指法对手指的分工,用规定的手指敲击相应的键,击键后再将手指迅速、准确地放回到导键上,如图 1-2 所示。



图 1-2 键盘指法示意图

第三步:在 Windows XP 桌面上,双击“金山打字通”图标,打开“金山打字通”软件,按指法要求录入这篇英文短文。

实训三 计算机软件系统

实训目的

1. 了解系统软件、应用软件安装的一般过程。
2. 掌握系统软件、应用软件的基本配置。

操作要求

1. 安装操作系统:安装 Windows XP Professional 操作系统。
2. 安装应用软件:安装 Hyper Snap 应用软件。

操作指导

1. 安装操作系统

第一步:启动计算机并把光驱设为第一启动盘,将 Windows XP Professional 系统安装光盘放入光驱里,当出现如图 1-3 所示界面时快速按“Enter”键回车,否则将不能启动 XP 系统光盘安装。

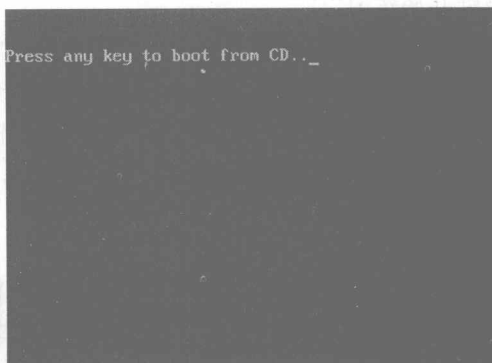


图 1-3 Windows XP Professional 系统安装启动界面

第二步:光盘启动后,进入 Windows XP Professional 安装界面,如图 1-4 所示。

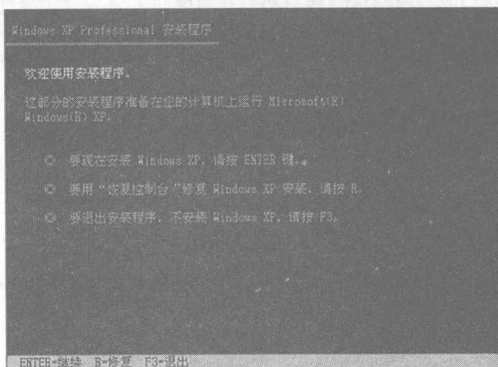


图 1-4 Windows XP Professional 安装界面之一

第三步:根据安装提示,按“Enter”键回车,用“向下或向上”方向键选择“C:分区1(FAT32)”选项,如图 1-5 所示。

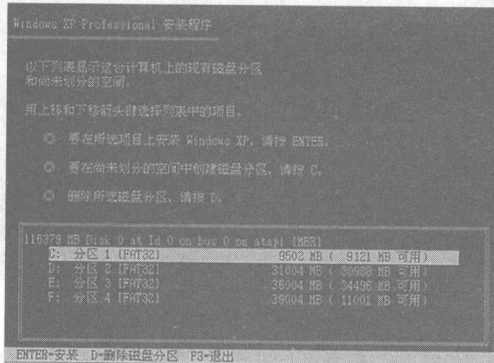


图 1-5 Windows XP Professional 安装界面之二

第四步:在这里选择“用 FAT 文件系统格式化磁盘分区(快)”选项,按“Enter”键回车,如图 1-6 所示。

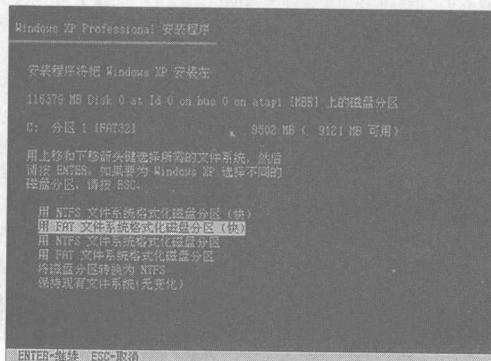


图 1-6 Windows XP Professional 安装界面之三

第五步:选择“要格式化这个驱动器,请按 F”选项,如图 1-7 所示。

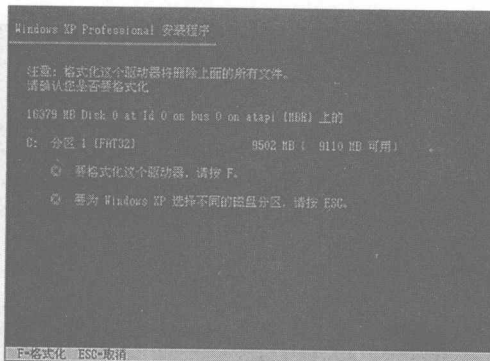


图 1-7 Windows XP Professional 安装界面之四

第六步:按 F 键开始格式化 C 盘,如图 1-8 所示。

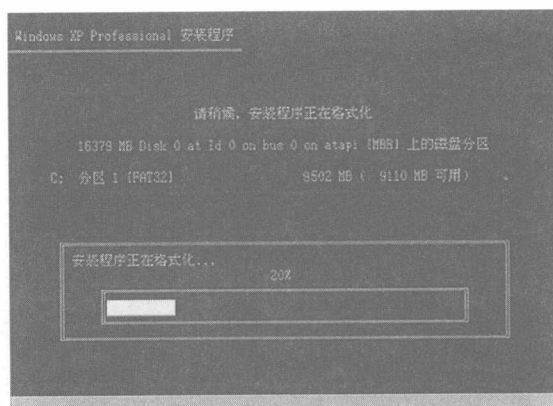


图 1-8 Windows XP Professional 安装界面之五

第七步: 格式化程序结束后, 系统自动进入 Windows XP Professional 安装过程, 如图 1-9 所示。

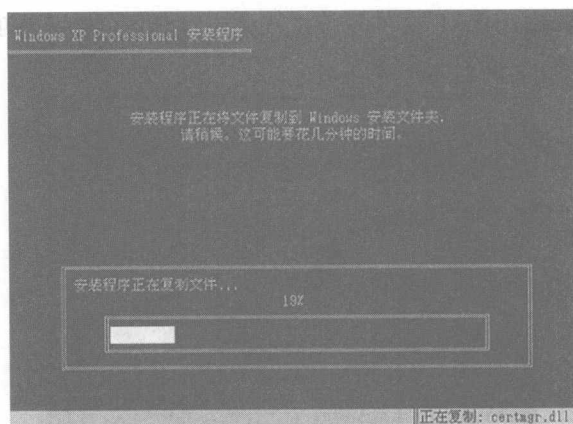


图 1-9 Windows XP Professional 安装界面之六

第八步: 文件复制完后, 计算机将会自动在 15 秒后重新启动, 开始初始化 Windows 配置, 如图 1-10 所示。

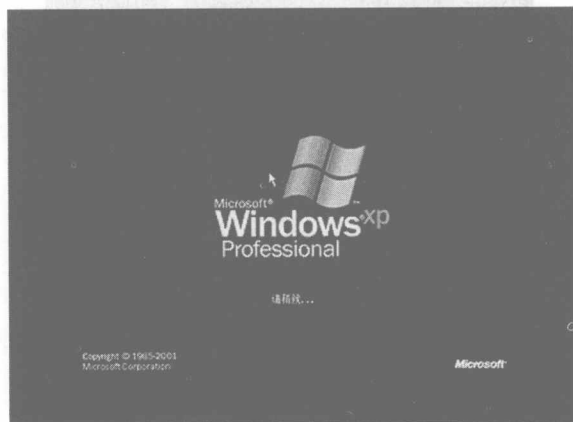


图 1-10 Windows XP Professional 安装界面之七