

可下载教学资料

<http://www.tup.tsinghua.edu.cn>

21世纪普通高校计算机公共课程规划教材

大学计算机基础 实验教程 (第2版)

(Windows 7+Office 2010)

孙莹光 李玮 主编

清华大学出版社

21世纪普通高校计算机公共课程规划教材

大学计算机基础 实验教程（第2版） （Windows 7+Office 2010）

孙莹光 李玮 主编

清华大学出版社
北京

内 容 简 介

本书是《大学计算机基础教程(第2版)(Windows 7+Office 2010)》(清华大学出版社,2013年)一书的配套实验指导教材。全书包括两部分内容:第一部分是实验指导,包括9个基础实验和1个提高实验,与教材相关章节基本对应,便于实验教学;第二部分为习题及参考答案,读者可通过练习习题进一步掌握教材的相关知识。

本书面向应用,重视操作能力和综合应用能力的培养,可作为普通高等学校“大学计算机基础”课程的上机指导书,也可作为计算机等级考试培训的辅助教材,还可供社会各类计算机应用人员学习和参考。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

大学计算机基础实验教程:Windows 7+Office 2010/孙莹光,李玮主编.--2版.--北京:清华大学出版社,2013

21世纪普通高校计算机公共课程规划教材

ISBN 978-7-302-33150-6

I. ①大… II. ①孙… ②李… III. ①Windows 操作系统—高等学校—教材 ②办公自动化—应用软件—高等学校—教材 IV. ①TP316.7 ②TP317.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第159116号

责任编辑:付弘宇 王冰飞

封面设计:常雪影

责任校对:李建庄

责任印制:王静怡

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址:北京清华大学学研大厦A座 邮 编:100084

社总机:010-62770175 邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质量反馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 刷 者:北京世知印务有限公司

装 订 者:三河市溧源装订厂

经 销:全国新华书店

开 本:185mm×260mm 印 张:13.25 字 数:329千字

版 次:2009年9月第1版 2013年9月第2版 印 次:2013年9月第1次印刷

印 数:1~4500

定 价:26.00元

产品编号:054927-01

前 言

“大学计算机基础”是一门实践性很强的课程,读者要真正能够运用计算机解决日常工作和学习中的问题,除了要掌握计算机基本原理、基础知识和基本应用方法外,还必须经过大量的实践训练,以培养和提高自己的计算机操作技能和综合运用计算机知识的能力。为了配合“大学计算机基础”课程的学习,结合教育部非计算机专业计算机基础课程教学指导委员会的“高等学校计算机基础实验教学课程建设报告”要求,我们特地组织了教学和实验教学经验丰富的老师编写了这本配套教材。

全书包括两部分内容:第一部分是实验指导,包括9个基础实验和1个提高实验,内容涉及操作系统(Windows 7)、办公自动化软件(Word 2010、Excel 2010 和 PowerPoint 2010)、动画和图形图像软件(Flash CS5 和 Photoshop CS5)、组建局域网及 Internet 应用、网页设计软件(Dreamweaver CS5)、数据库软件(Access 2010)、信息安全及其他常用软件,实验与教材相关章节基本对应,并可提供实验素材,便于实验教学;第二部分为习题及参考答案,读者可通过练习习题进一步掌握教材的相关知识。

本书由天津城建大学孙莹光、李玮担任主编。其中,第一部分的第1、2和4章由李红编写;第一部分的第8章由李玮编写;第一部分的第3、6和9章由马晓艳编写;第一部分的第5、7和10章以及第二部分和附录由孙莹光编写。全书由孙莹光、李玮负责统稿,彭慧卿审阅了全书并提出了宝贵意见。

编者对实验环节及习题类型做了精心设计,选取典型实例作为实验指导,精选大量习题供读者练习,有些章节安排了实验作业,所涉及内容涵盖了教材中绝大多数知识点。全书以重视操作能力和综合应用能力的培养为宗旨,层次分明、循序渐进、通俗易懂、实用性强。

在编写过程中,编者参考了大量有关计算机基础教学及实验的书籍和资料,在此对这些作者表示诚挚的感谢。

由于编者水平有限,书中错误之处在所难免,敬请广大读者批评指正。

编 者

2013年5月

目 录

第一部分 实验指导

第 1 章 Windows 7 实验	3
实验 1 Windows 7 的启动与关闭及指法练习	3
实验 2 Windows 7 的桌面、窗口、对话框及任务栏操作	7
实验 3 Windows 7 的文件、文件夹及库管理	13
实验 4 Windows 7 的系统环境设置	18
第 2 章 Word 2010 实验	25
实验 1 Word 文档的简单编辑与格式化	25
实验 2 Word 文档的图文混排及高级排版	30
实验 3 Word 文档中的表格处理	37
实验 4 Word 文档目录的生成	41
第 3 章 Excel 2010 实验	44
实验 1 工作表的编辑与格式化	44
实验 2 公式与函数的使用	49
实验 3 数据管理	53
实验 4 图表处理	60
第 4 章 PowerPoint 2010 实验	65
第 5 章 Flash 和 Photoshop 实验	74
实验 1 Flash 的使用	74
实验 2 Photoshop 的使用	84
第 6 章 组建局域网和 Internet 应用实验	91
实验 1 组建小型局域网	91
实验 2 Internet 应用	99

第7章 Dreamweaver CS5 实验	107
第8章 Access 2010 实验	120
第9章 信息安全实验	130
实验1 360 安全卫士的使用	130
实验2 Windows 7 系统内置防火墙的设置及使用	133
实验3 IE 浏览器的安全保护	136
第10章 其他常用软件实验	140

第二部分 习题及参考答案

第1章 计算机与信息化社会	145
第2章 计算机基础知识	148
第3章 数据在计算机中的表示	156
第4章 操作系统	158
第5章 Microsoft Office 2010 办公自动化软件	167
第6章 多媒体基础	173
第7章 计算机网络基础与网页制作	176
第8章 数据库基础	184
第9章 信息安全	186
附录A 上机考试模拟样题及部分参考答案	191
附录B 计算机基本操作小结	197
参考文献	202

第一部分

实验指导

- 第 1 章 Windows 7 实验
- 第 2 章 Word 2010 实验
- 第 3 章 Excel 2010 实验
- 第 4 章 PowerPoint 2010 实验
- 第 5 章 Flash 和 Photoshop 实验
- 第 6 章 组建局域网和 Internet 应用实验
- 第 7 章 Dreamweaver CS5 实验
- 第 8 章 Access 2010 实验
- 第 9 章 信息安全实验
- 第 10 章 其他常用软件实验

实验 1 Windows 7 的启动与关闭及指法练习

一、实验目的

1. 掌握 Windows 7 的启动与关闭。
2. 掌握鼠标的基本操作。
3. 掌握键盘的基本操作,熟练键盘输入。

二、实验任务

【任务1】 Windows 7 的启动与关闭。

【任务2】 练习鼠标的基本操作。


【任务3】 以正确的坐姿及指法操作键盘,进行指法练习。

三、实验步骤及操作指导

【任务 1】 Windows 7 的启动与关闭。


【操作步骤】


(1) Windows 7 的启动。

- ① 依次打开显示器、主机电源开关,注意观察启动过程和屏幕上显示的信息。
- ② 计算机进入自检,发出“嘀”的一声短鸣,表示自检通过,计算机硬件系统正常。
- ③ 如果设置了开机密码,在进入用户登录界面时,需要在“密码”文本框中输入正确的密码,然后单击  按钮或按 Enter 键。

④ Windows 7 系统进入自启动过程,启动完成后,出现 Windows 7 桌面,如图 1-1 所示。

(2) Windows 7 的关闭。

- ① 保存各个窗口中需要保存的数据。
- ② 关闭所有打开的窗口。
- ③ 单击任务栏上的“开始”按钮 ,在弹出的“开始”菜单中单击“关机”按钮。

如需重新启动计算机或进行注销等操作,可将鼠标指针移到“关机”按钮右侧的三角形按钮  上,此时会弹出“关机”的级联菜单,如图 1-2 所示,选择相应的选项即可执行相应的操作。

【任务 2】 练习鼠标的基本操作(指向、单击、双击、右击和拖曳)。

【操作步骤】

(1) 指向: 移动鼠标,将鼠标指针移到操作对象上。

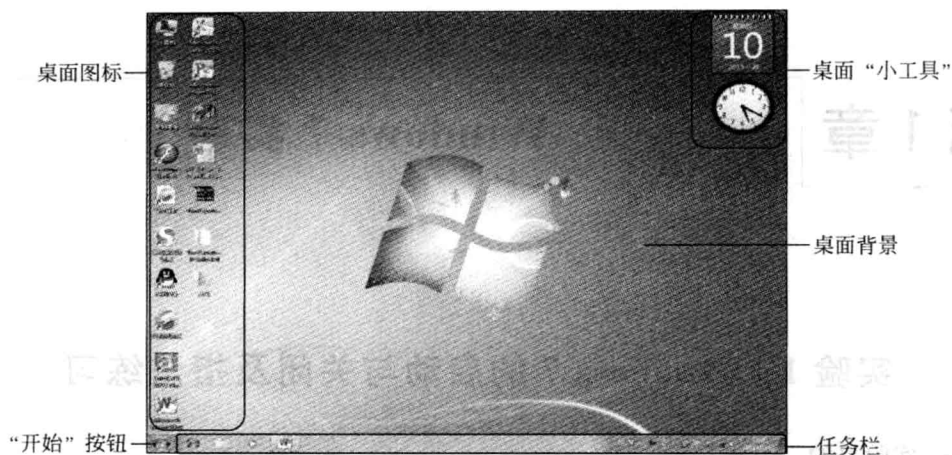


图 1-1 Windows 7 桌面

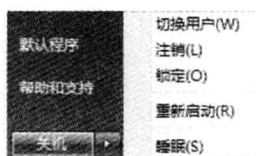


图 1-2 “关机”的级联菜单

(2) 单击: 快速按下并释放鼠标左键, 一般用于选定一个操作对象。

(3) 双击: 连续两次快速按下并释放鼠标左键, 一般用于打开窗口或启动应用程序。

(4) 右击: 快速按下并释放鼠标右键, 一般用于打开一个与操作相关的快捷菜单。

(5) 拖曳: 按下鼠标左键, 移动鼠标到指定位置, 再释放按键的操作, 一般用于操作对象的复制或移动。

鼠标光标的形状不同有不同的含义, 操作时大家要注意观察, 以直观地了解下一步的操作方式和内容, 从而熟练地使用鼠标。

【任务 3】 以正确的坐姿及指法操作键盘, 进行指法练习。

【操作步骤】

(1) 正确的姿势。

在使用键盘前, 要注意坐姿正确, 如图 1-3 所示。

① 身体保持端正, 双脚平放, 双手平放到桌面, 两手手指放在基准键上。

② 两肘轻轻贴于腋边, 手指自然弯曲成弧形, 指端的第一关节与键盘成垂直角度, 两手与两前臂成直线, 手不要过于向里或向外弯曲。

③ 打字时, 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 显示器放在键盘的正后方, 将原稿紧靠键盘右侧放置, 以便阅读。

(2) 正确的指法。

每个手指负责固定的字符键区域, 如图 1-4 所示。

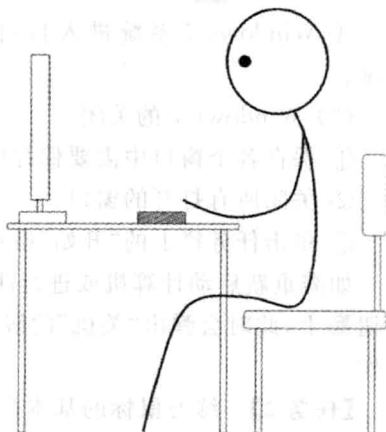


图 1-3 正确的姿势



图 1-4 手指键位分布

① 准备打字时,两手除大拇指外的 8 个手指轻放在第三排的基准键位上,即左边的“A、S、D、F”键,右边的“J、K、L、;”键,其中的 F、J 键上都有一个凸起的小横杠,以便于盲打时手指能通过触觉定位。

② 手指稍微弯曲拱起,指尖后的第一关节略微呈弧形,并轻放在键位中央。手腕悬起,不要压在键盘上。

③ 轻击键而不是按键,击键要短促、轻快、有弹性。用手指击键时,不要用指尖击键或把手指伸直击键。击键力度要适中,节奏要均匀。

④ 无论哪一个手指击键,该手的其他手指也要一起上下活动,而另一只手则放在基准键位上。

⑤ 任一手指击键后,只要时间允许,都应退回基准键位,不可停留在已击的键位上。从基准键位到其他键位的路径简单好记,容易实现盲打。

⑥ 用拇指侧面击空格键,用右手小指击 Enter 键。

(3) 键盘主要键的功能介绍。

键盘主要输入区的按键布局如图 1-5 所示。

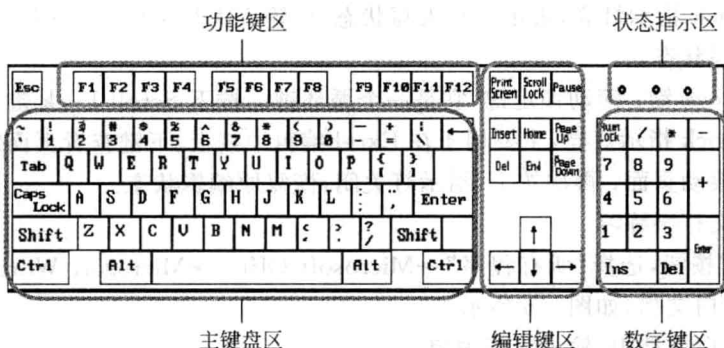


图 1-5 键盘的主要输入区

下面介绍主要键的功能。

- Esc 键：取消键,主要用于取消某操作或退出某个程序。例如,在网上看全屏视频时按 Esc 键可退出全屏。
- Tab 键：制表键,主要是在文字处理软件中起到等距离移动的作用。例如在处理表

格时,每按一次 Tab 键,光标就会右移一个制表位。

- Shift 键: 上档转换键,用于转换大小写或上符键,与鼠标配合使用选定多个连续的对象。
- Ctrl 键: 控制键,配合其他键或鼠标使用,如与鼠标配合可以选定多个不连续的对象。
- Alt 键: 转换键,配合其他键使用,如按 Alt+F4 组合键可关闭当前窗口。
- Enter 键: 回车键,主要作用是执行某一命令,在文字处理软件中是换行的作用。
- F1~F12 键: 自定义功能键,在不同的软件中起到为其定义的相应功能的作用,也可以配合其他键起作用,如在大多数软件中按 F1 键是打开帮助功能。
- Print Screen 键: 打印屏幕键。按 Print Screen 键,可将当前屏幕的显示内容作为图片保存在剪贴板中,按 Alt+Print Screen 组合键,则将当前活动窗口的内容作为图片保存在剪贴板中。
- Insert 键: 插入/改写键,它是一个循环键。在文字处理软件中,用于完成文字的插入和改写状态的切换。
- Delete/Del 键: 删除键,用于删除光标后的字符,在 Windows 中或文字编辑软件中用于删除选定的内容。
- BackSpace 键: 退格键,在键盘上的标识是“←”,用于将光标左移一格,同时删除光标前边的字符。
- PageUp 键: 向上翻页键。
- PageDown 键: 向下翻页键,与 PageUp 键相对应。
- Num Lock 键: 数字锁定键,它是一个循环键。按下 Num Lock 键,键盘右上角的 Num Lock 指示灯亮,表示启用小键盘数字功能,可进行数字输入;再次按下,指示灯关闭,启用光标功能,可进行光标移动及 Del、Ins 等操作。
- Caps Lock 键: 大写锁定键,它是一个循环键。按下 Caps Lock 键,键盘右上角的 Caps Lock 指示灯亮,表示启动大写状态,可输入大写字母;再次按下,指示灯关闭,恢复小写状态。
- Scroll Lock 键: 滚动锁定键,它是一个循环键。按下 Scroll Lock 键,键盘右上角的 Scroll Lock 指示灯亮,主要用于在 Excel 编辑中按上、下键查看页面时,会锁定当前光标而滚动页面;再次按下,指示灯关闭,恢复原编辑状态。

(4) 中/英文打字练习。

单击“开始”按钮,选择“所有程序”→Microsoft Office→Microsoft Word 2010 命令,新建一个 Word 空白文档,如图 1-6 所示。

在 Word 空白文档中,输入以下内容:

Bell 实验室的 William B. Shockley、John Bardeen 和 Walter H. Brattain 发明了晶体管,开辟了电子时代新纪元。剑桥大学的 Wilkes 和他的小组建成了一台存储程序的计算机——EDSAC,其输入/输出设备仍是纸带。EDVAC 是第一台使用磁带的计算机,这是一个突破,可以多次在其上存储程序,这台机器是 John Von Neumann 提议建造的。未来的计算机不会超过 1.5 吨,这是当时科学杂志的大胆预测。你还想了解其他内容吗?请看本书,或到网上查资料,祝成功!

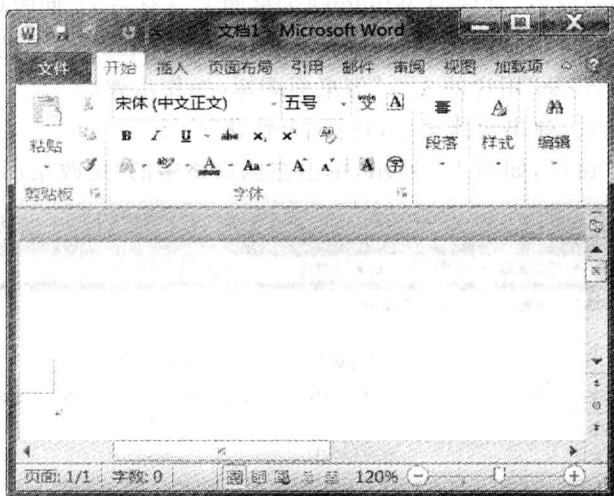


图 1-6 Word 空白文档

提示：利用 Ctrl+Shift 组合键可实现各个输入法之间的切换；输入中文时，如遇到英文字母或单词，用 Shift 键能实现中/英文输入的切换；利用 Ctrl+空格组合键可实现中/英文输入法之间的切换；利用 Shift+空格组合键可实现全/半角之间的切换；利用 Ctrl+>组合键可实现中/英文标点之间的切换。

大家可自定练习材料，多次练习，以达到熟练使用键盘的目的。

实验 2 Windows 7 的桌面、窗口、对话框及任务栏操作

一、实验目的

1. 熟悉 Windows 7 桌面的组成及基本操作。
2. 掌握窗口及对话框的组成和操作。
3. 了解 Windows 7 桌面及任务栏的个性化设置。

二、实验任务

- 【任务1】 Windows 7 桌面的图标操作。
- 【任务2】 启动应用程序。
- 【任务3】 窗口的操作。
- 【任务4】 认识对话框，并了解对话框的基本操作。
- 【任务5】 桌面的个性化设置。
- 【任务6】 任务栏和“开始”菜单的设置。
- 【任务7】 任务管理器的使用。

三、实验步骤及操作指导

- 【任务 1】 Windows 7 桌面的图标操作。

【操作步骤】

- (1) 添加桌面图标，设置图标的大小。

Windows 7 安装完成后,默认的 Windows 7 桌面上只有一个“回收站”图标,“计算机”、“网络”及“用户的文件”等都是默认不显示的,充分体现了 Windows 7 的简洁风格。如果需要添加“计算机”、“网络”及“用户的文件”等桌面图标,操作步骤如下:

- ① 右击桌面空白处,弹出快捷菜单,选择“个性化”命令。
- ② 打开“个性化”窗口,如图 1-7 所示,单击左侧窗格中的“更改桌面图标”链接。



图 1-7 “个性化”窗口



图 1-8 “桌面图标设置”对话框

③ 弹出“桌面图标设置”对话框,如图 1-8 所示,选中需要显示的桌面图标,然后单击“确定”按钮。

④ 右击桌面空白处,选择“查看”→“大图标”、“中等图标”或“小图标”命令来调整图标的大小。用户也可以在桌面上按住 Ctrl 键的同时滚动鼠标滚轮放大或缩小图标。

(2) 更改图标设置。

在图 1-8 所示的“桌面图标设置”对话框中选定要更改的图标,单击“更改图标”按钮,弹出“更改图标”对话框,从列表中选择合适的图标,然后单击“确定”按钮。

(3) 调整桌面图标的位置。

① 右击桌面空白处,弹出快捷菜单,选

择“查看”命令,在其级联菜单中取消“自动排列图标”和“将图标与网格对齐”的选中状态,如图 1-9 所示。

② 选中桌面上的单个或多个图标拖曳到任意位置。

(4) 排列图标。

右击桌面空白处,选择“排序方式”命令,在其级联菜单中选择“名称”、“大小”、“项目类型”或“修改日期”进行图标的排列,观察结果。

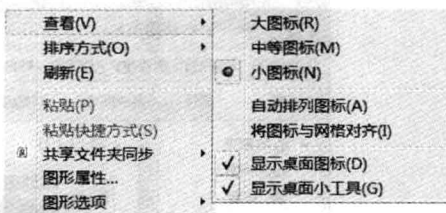


图 1-9 “查看”的级联菜单

(5) 隐藏或显示桌面图标。

① 右击桌面空白处,选择“查看”命令,在其级联菜单中取消“显示桌面图标”的选中状态,即隐藏所有桌面图标。

② 再次选中“显示桌面图标”,即可显示所有桌面图标。

【任务 2】 启动应用程序。

【操作步骤】

(1) 启动画图应用程序。

单击“开始”按钮,选择“所有程序”→“附件”→“画图”命令,启动画图应用程序。

(2) 打开 QQ 聊天程序。


双击桌面上的“腾讯 QQ”图标或者单击“开始”按钮,选择“所有程序”→“腾讯软件”→QQ 2013→“腾讯 QQ”命令,打开 QQ 登录界面,输入账号、密码进入。


【任务 3】 窗口的操作。


【操作步骤】


(1) 窗口的打开、最小化、最大化、还原及关闭操作。

① 窗口的打开。双击桌面上的“计算机”图标,或者单击“开始”按钮,选择“计算机”命令,打开“计算机”窗口,如图 1-10 所示。其中,菜单栏在 Windows 7 的窗口中默认不显示,单击“组织”→“布局”→“菜单栏”,即可显示菜单栏。

② 窗口的最小化。在“计算机”窗口中,单击窗口标题栏右上角的控制按钮中的  按钮,窗口将最小化为一个图标显示在任务栏中。


③ 窗口的最大化。单击窗口标题栏右上角的控制按钮中的  按钮,窗口将最大化占据整个屏幕。

④ 窗口的还原。单击最大化窗口标题栏右上角的控制按钮中的  按钮,窗口会恢复为原来的大小。

⑤ 窗口的关闭。单击窗口标题栏右上角的控制按钮中的  按钮,则窗口关闭。

(2) 窗口的移动和窗口大小的调整。

① 将鼠标指向窗口上面的标题栏,拖曳鼠标,窗口将随着拖曳移动位置。

② 将鼠标指针指向非最大化窗口的 4 个边或 4 个角时,鼠标指针会变成  形状,此时拖曳鼠标能调整窗口的大小。

(3) 窗口的切换。

依次打开“计算机”、“画图”和“回收站”窗口,在任务栏中单击任务图标切换窗口;或单击某一窗口可见的任意位置切换窗口;也可利用 Alt+Tab 组合键切换窗口。

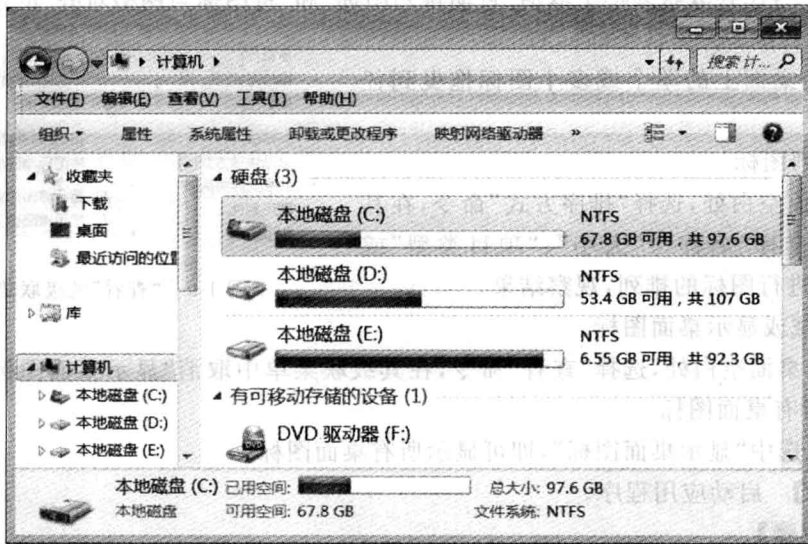


图 1-10 “计算机”窗口

(4) 窗口的排列。

右击任务栏的空白处，弹出快捷菜单，如图 1-11 所示，用户可以依次选择“层叠窗口”、“堆叠显示窗口”、“并排显示窗口”命令，观察屏幕上窗口的不同摆放样式。选择“显示桌面”命令或者单击任务栏最右边的“显示桌面”按钮，所有的窗口都会最小化。

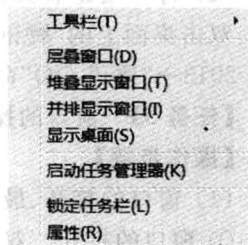


图 1-11 任务栏快捷菜单

【任务 4】 认识对话框，并了解对话框的基本操作。

【操作步骤】

(1) 打开“计算机”窗口，选择“工具”→“文件夹选项”命令，弹出“文件夹选项”对话框，如图 1-12 所示，认识对话框的组成部分。

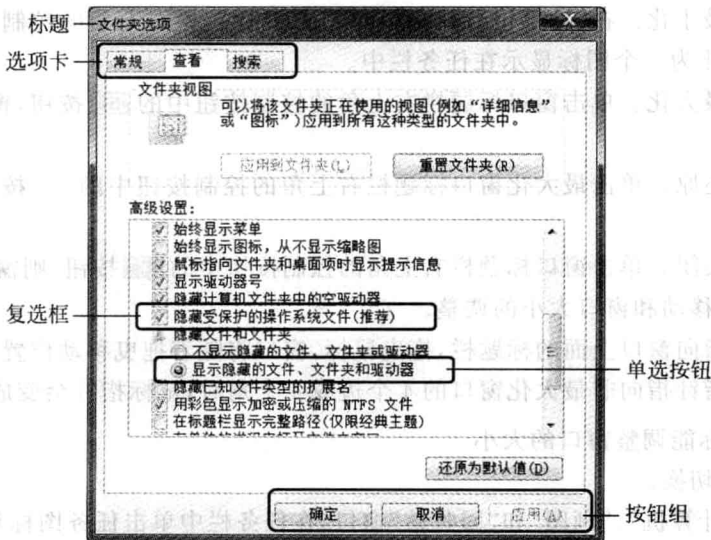


图 1-12 “文件夹选项”对话框

(2) 依次选择“常规”、“查看”和“搜索”选项卡,观察各选项卡的功能。

【任务 5】 桌面的个性化设置。

【操作步骤】

(1) 将桌面主题设置为“Aero 主题”里的“建筑”;将 Windows 桌面背景的图片选择为“建筑”的第三幅图片,图片位置为“拉伸”;将“更改窗口边框、[开始]菜单和任务栏的颜色”设置为“天空”,并选中“启用透明效果”复选框。

① 右击桌面空白处,选择“个性化”命令,然后在“个性化”窗口右侧的主题列表中选择“Aero 主题”下的“建筑”。

② 在“个性化”窗口中单击“桌面背景”链接,打开“桌面背景”窗口,在“图片位置”下拉列表中选择“Windows 桌面背景”,并将图片选择为“建筑”的第三幅图片。

③ 在“图片位置”下拉列表中选择“拉伸”,然后单击“保存修改”按钮。

④ 在“个性化”窗口中单击“窗口颜色”链接,打开“窗口颜色和外观”窗口,选择颜色为“天空”,并选中“启用透明效果”复选框,通过调节滑块来查看透明度的变化,最后单击“保存修改”按钮。

(2) 将屏幕分辨率调整为 1280×1024、DPI 缩放至 150%。

① 右击桌面空白处,选择“屏幕分辨率”命令,打开“屏幕分辨率”窗口,在“分辨率”下拉列表中调整屏幕分辨率为 1280×1024,单击“确定”按钮。

② 在“屏幕分辨率”窗口中依次单击“放大或缩小文本和其他项目”→“设置自定义文本大小”链接,弹出“自定义 DPI 设置”对话框,在“缩放为正常大小的百分比”下拉列表中选择 150%,单击“确定”按钮。

(3) 将屏幕保护设置为变幻线,等待 5 分钟,恢复时显示登录屏幕。


右击桌面空白处,选择“个性化”命令,然后单击“屏幕保护程序”链接,弹出“屏幕保护程序”设置对话框,在“屏幕保护程序”下拉列表中选择“变幻线”,并设置“等待”为 5 分钟,选中“在恢复时显示登录屏幕”复选框,单击“确定”按钮。


(4) 添加和删除小工具。依次添加小工具“CPU 仪表盘”、“日历”和“时钟”,然后删除小工具“CPU 仪表盘”。

① 右击桌面空白处,选择“小工具”命令,在打开的“小工具库”窗口中依次双击“CPU 仪表盘”、“日历”和“时钟”小工具,也可以在选中小工具后右击,选择“添加”命令,或者用鼠标选中小工具直接拖到桌面上。

② 右击桌面上的“CPU 仪表盘”小工具,选择“关闭小工具”命令,或者鼠标指向“CPU 仪表盘”小工具,当其右上方显示按钮时,单击“关闭”按钮。

(6) 通知区域的设置。设置音量为“仅显示通知”,网络为“隐藏图标和通知”。

单击通知区域左侧的上指三角形按钮,选择“自定义”选项,打开“通知区域图标”窗口,在列表中将图标“音量”右侧的“行为”设为“仅显示通知”,将图标“网络”的“行为”设为“隐藏图标和通知”,单击“确定”按钮。

提示:单击通知区域左侧的上指三角形按钮,显示出隐藏的图标,隐藏区域内的任一图标可用鼠标拖动至显示区域进行显示,显示区域内的图标也可用鼠标拖动至隐藏区域进行隐藏。

【任务 6】 任务栏和“开始”菜单的设置。