

普通高等教育“十三五”规划教材

计算机专业群

大学计算机基础 上机实践教程

(第五版)

主 编 何振林 罗 奕
副主编 胡绿慧 杨 霖 何剑蓉 李源彬



非外借



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

普通高等教育“十三五”规划教材（计算机专业群）

大学计算机基础上机实践教程 (第五版)

主 编 何振林 罗 奕

副主编 胡绿慧 杨 霖 何剑蓉 李源彬



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

· 北京 ·

内 容 提 要

本书是《大学计算机基础》(第五版)(何振林、罗奕主编)一书的配套教材,分9章共29个实验,以Windows 7为背景,安排了计算机基础知识、Windows 7操作系统、网络与Internet应用、数据的表示与存储、Access数据库技术基础、Python程序设计基础、Word 2010文字处理、Excel 2010电子表格、PowerPoint 2010演示文稿等内容的实践练习。

本书语言流畅、结构简明、内容丰富、条理清晰、循序渐进、可操作性强,同时注重应用能力的培养。

本书既可作为应用型高等学校、高职高专和成人高校非计算机专业学生计算机基础课程的上机辅导教材,也可供各类计算机培训及自学者使用。

图书在版编目(CIP)数据

大学计算机基础上机实践教程 / 何振林, 罗奕主编
— 5版. — 北京: 中国水利水电出版社, 2019.5
普通高等教育“十三五”规划教材. 计算机专业群
ISBN 978-7-5170-7707-7

I. ①大… II. ①何… ②罗… 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(2019)第098982号

策划编辑: 寇文杰 责任编辑: 张玉玲 加工编辑: 吕 慧 封面设计: 李 佳

书 名	普通高等教育“十三五”规划教材(计算机专业群) 大学计算机基础上机实践教程(第五版) DAXUE JISUANJI JICHU SHANGJI SHIJIAN JIAOCHENG
作 者	主 编 何振林 罗 奕 副主编 胡绿慧 杨 霖 何剑蓉 李源彬
出版发行	中国水利水电出版社 (北京市海淀区玉渊潭南路1号D座 100038) 网址: www.waterpub.com.cn E-mail: mchannel@263.net(万水) sales@waterpub.com.cn
经 售	电话: (010) 68367658(营销中心)、82562819(万水) 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 版	北京万水电子信息有限公司
印 刷	三河市鑫金马印装有限公司
规 格	184mm×260mm 16开本 16.75印张 415千字
版 次	2010年7月第1版 2010年7月第1次印刷 2019年5月第5版 2019年5月第1次印刷
印 数	0001—6000册
定 价	32.00元

凡购买我社图书,如有缺页、倒页、脱页的,本社营销中心负责调换
版权所有·侵权必究

前 言

计算机是一门实践性很强的学科，能熟练使用计算机已经是人们需掌握的最基本的技能之一。计算机应用能力的培养和提高，要靠大量的上机实践与实验来实现。为配合教材《大学计算机基础》（第五版）（何振林、罗奕主编）的学习和对其内容的理解，我们编写了这本《大学计算机基础上机实践教程》（第五版）。

本教程内容新颖，强调操作能力培养和综合应用，使读者能够快速掌握办公自动化技术、多媒体技术、网络环境下的计算机应用新技术。

本书以 Windows 7 为背景，安排了计算机基础知识、Windows 7 操作系统、网络与 Internet 应用、数据的表示与存储、Access 数据库技术基础、Python 程序设计基础、Word 2010 文字处理、Excel 2010 电子表格、PowerPoint 2010 演示文稿等内容的实践练习。

本教材在编写时力求做到语言流畅、结构简明、内容丰富、条理清晰、循序渐进、可操作性强，同时注重应用能力的培养。全书设计的实验较多，这样便于各任课教师根据实际的教学情况灵活安排。教材中安排 29 个实验，在每个实验中又分别设置了若干个小的实验，以对应《大学计算机基础》（第五版）各个章节的不同内容；在每个实验后面还安排了大量的综合练习题，供读者加深对该部分的理解与提高。

所有实验，就其内容来说，可划分为以下 9 章：

第 1~2 章：从实验一到实验六，主要安排了有关 Windows 7 操作系统的基本操作与使用实验。介绍了键盘操作与指法练习、Windows 7 的基本操作、文件与文件夹的操作、磁盘管理与几个实用程序、Windows 7 的系统设置与维护等。

第 3 章：包括实验七和实验八，主要内容是 TCP/IP 网络配置与文件夹共享和 Internet 基本使用。这两个实验帮助读者快速了解计算机的网络配置，进行网络浏览等。

第 4 章：安排有实验九，在此实验中，通过 FTP 服务器配置与使用以及百度网盘的使用，帮助读者理解远程存储的应用，初步了解云存储的基本使用。

第 5 章：本章安排有 Access 数据库技术的实践练习，主要内容有 Access 数据库与数据表、SQL 查询、查询与数据的导出等。

第 6 章：安排有 6 个 Python 程序设计实验，帮助读者理解算法的含义。掌握 Python 程序设计，使读者具备使用 Python 语言进行程序设计的初步能力。

第 7 章：从实验十七到实验二十三，实验内容是 Word 的基本操作、Word 表格与图形、Word 的高级操作等。通过这 7 个实验，使读者能快速全面地掌握 Word 2010 文字处理软件的使用精髓。

第 8 章：从实验二十四到实验二十六，主要实验内容有 Excel 的初步使用、Excel 数据管理以及 Excel 数据的图形化。

第 9 章：从实验二十七到实验二十九，安排有 3 个实验，即 PowerPoint 的使用初步、幻灯片的修饰和编辑以及 PowerPoint 的高级操作。

本教程可作为大中专院校开设“大学计算机基础”课程的配套实验教材，也可供自学《大

学计算机基础》的读者参考。

本书由何振林、罗奕任主编，胡绿慧、杨霖、何剑蓉、李源彬（四川农业大学）任副主编，参加编写的还有孟丽、赵亮、张勇、肖丽、王俊杰、刘剑波、钱前、刘平、杜磊、庞燕玲、何若熙等。

本书在编写过程中，参考了大量的资料，在此对这些资料的作者表示感谢，同时在这里也特别感谢我的同事，他们为本书的写作提供了无私的建议。

本书的编写得到了中国水利水电出版社全方位的帮助，以及有关兄弟院校的大力支持，在此一并表示感谢。

由于时间仓促及作者的水平有限，虽经多次修改，书中难免存在错误和不妥之处，恳请广大读者批评指正。

编者

2019年3月

目 录

前言

第 1 章 计算机基础知识..... 1	实验十五 文件的使用..... 131
实验一 Windows 7 基础..... 1	实验十六 绘制图形..... 139
实验二 键盘操作与指法练习..... 6	第 7 章 Word 2010 文字处理..... 147
第 2 章 Windows 7 操作系统..... 14	实验十七 Word 的基本操作..... 147
实验三 Windows 7 的基本操作..... 14	实验十八 文档的编辑..... 150
实验四 文件与文件夹的操作..... 18	实验十九 文档格式的设置..... 154
实验五 磁盘管理与几个实用程序..... 27	实验二十 页面格式的设置及打印..... 160
实验六 Windows 7 的系统设置与维护..... 34	实验二十一 图文混排..... 165
第 3 章 网络与 Internet 应用..... 48	实验二十二 表格的制作..... 175
实验七 TCP/IP 网络配置和文件夹共享..... 48	实验二十三 提取目录与邮件合并..... 182
实验八 Internet 基本使用..... 56	第 8 章 Excel 2010 电子表格..... 192
第 4 章 数据的表示与存储..... 76	实验二十四 Excel 的初步使用..... 192
实验九 数据的远程存储..... 76	实验二十五 Excel 的数据管理..... 202
第 5 章 Access 数据库技术基础..... 97	实验二十六 Excel 数据的图形化..... 216
实验十 Access 数据库技术基础..... 97	第 9 章 PowerPoint 2010 演示文稿..... 229
第 6 章 Python 程序设计基础..... 111	实验二十七 PowerPoint 的使用初步..... 229
实验十一 Python 语言环境的使用..... 111	实验二十八 幻灯片的修饰和编辑..... 235
实验十二 分支结构的使用..... 117	实验二十九 设置幻灯片的切换、动画与 跳转..... 242
实验十三 循环的使用..... 120	参考文献..... 262
实验十四 函数的使用..... 126	

第 1 章 计算机基础知识

实验一 Windows 7 基础

实验目的

- (1) 掌握 Windows 7 开启与退出的正确方法。
- (2) Windows 7 的基本操作。

实验内容与操作步骤

实验 1-1 Windows 7 正常启动的操作。

(1) 打开计算机电源。依次打开外部设备的电源开关和主机电源开关；计算机执行硬件测试，正确测试后开始系统引导。

(2) Windows 7 开始启动。若在安装 Windows 7 过程中设置了多个用户使用同一台计算机，启动过程将出现如图 1-1 所示的提示画面，选择确定用户后，完成最后启动。

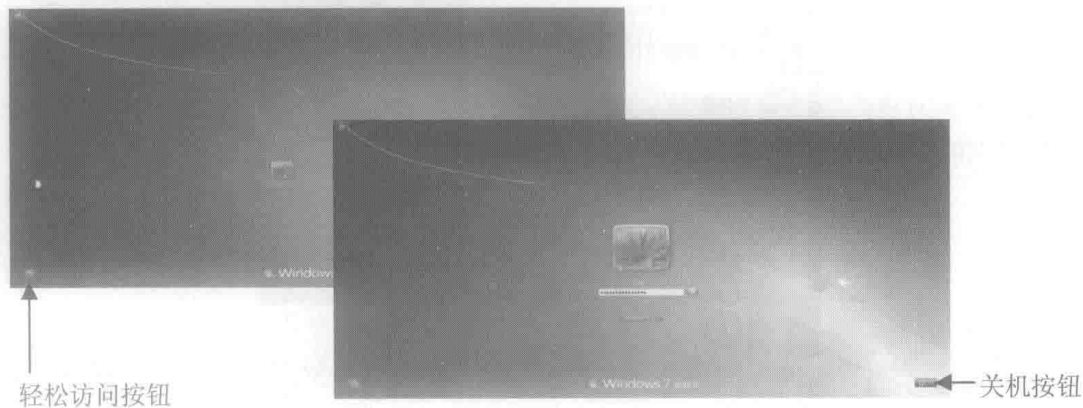



图 1-1 Windows 7 登录对话框

(3) 启动完成后，出现 Windows 7 桌面，如图 1-2 所示。



图 1-2 Windows 7 操作系统的初始界面

实验 1-2 注销当前用户，以其他用户名登录。

(1) 单击 Windows 7 桌面左下角的“开始”按钮，弹出“开始”菜单。

(2) 将鼠标移到“关机”选项按钮右侧箭头的按钮处，在弹出的“关闭选项”列表框中单击“注销”选项，如图 1-3 所示。

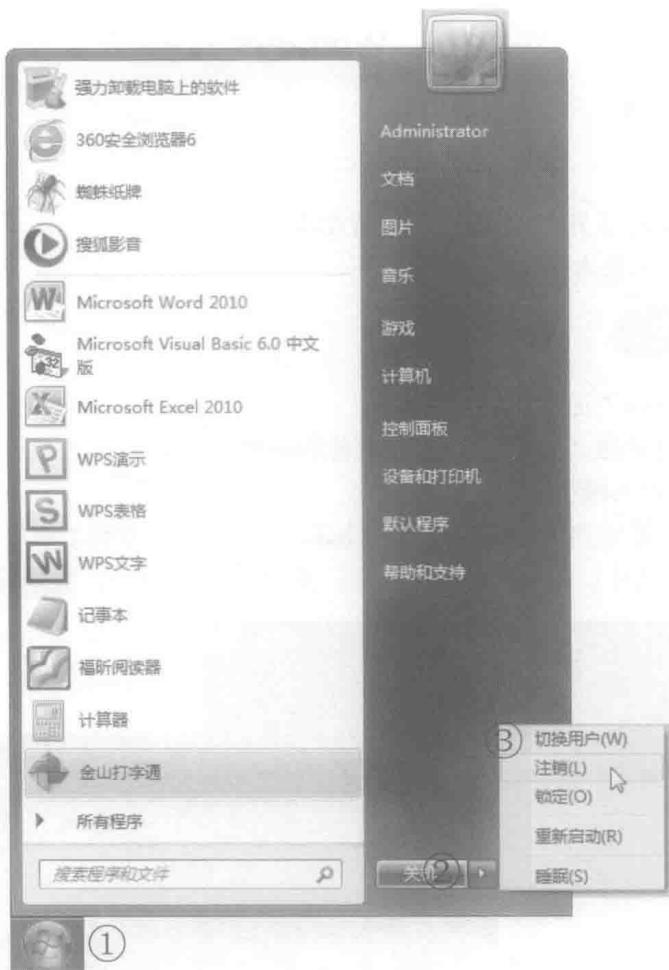


图 1-3 Windows 7 的“开始”菜单及“注销”命令

(3) 接着系统注销当前用户，并出现登录对话框，如图 1-1 所示。

(4) 在登录对话框中单击选择某用户并输入密码，按“确定”按钮。

(5) Windows 7 将以新的用户名登录并进入桌面状态。

实验 1-3 关闭计算机或重新启动 Windows 7 的操作。

要关闭计算机或重新启动 Windows 7，用户可在如图 1-3 所示的菜单中，单击“关机”按钮或“重新启动”按钮。

实验 1-4 Windows 7 的基础使用。

操作内容如下：

(1) 启动并登录计算机。

按主机前置面板上的“电源开关”按钮，启动并登录进入 Windows 7，观察 Windows 7 桌

面的组成。

(2) 将 Windows 7 桌面改回 Windows 9X 经典桌面显示方式。

- 将鼠标指向桌面中的空白处并右击，在出现的快捷菜单中，执行“个性化”命令，打开“个性化”设置窗口，如图 1-4 所示。

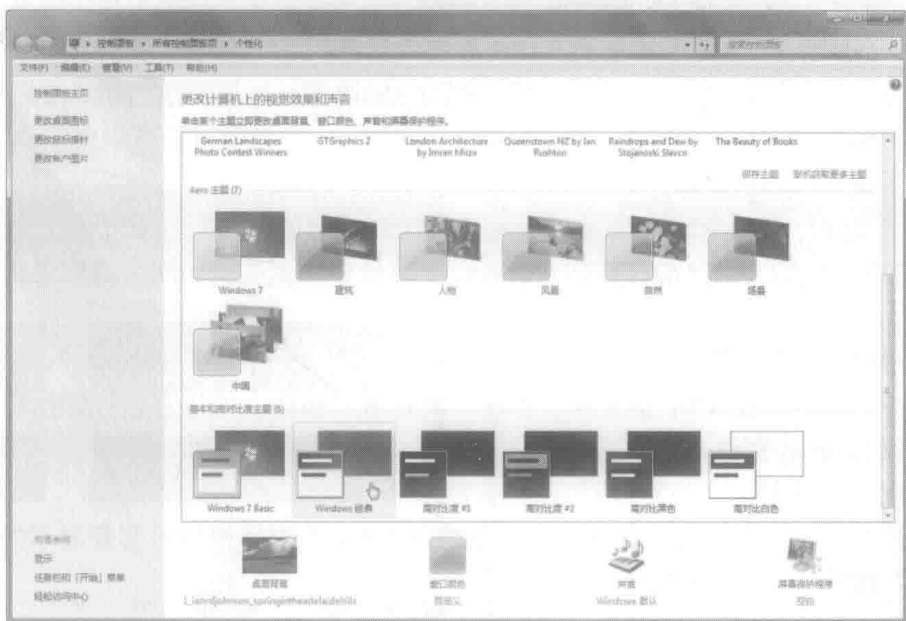


图 1-4 桌面“个性化”设置窗口

- 在“更改计算机上的视觉效果和声音”列表框中，单击“基本和高对比度主题”项目下的“Windows 经典”图标，稍等一会，桌面的视觉效果和 Windows 9X 版本大体相同。

(3) 鼠标的的基本操作练习。

- 按住鼠标左键，将“计算机”图标移动到桌面上其他位置。
- 用鼠标双击或右击打开“计算机”窗口。
- 用鼠标实行拖拽操作改变“计算机”窗口的大小和在桌面上的位置。
- 用鼠标的右键拖动“计算机”图标到桌面某一位置，松开后，选择某一操作。
- 将鼠标指向任务栏的右边系统通知区的当前时间 14:15 2013/7/9 图标，单击打开“日期和时间属性”对话框，用户可在此对话框中调整系统时间与日期。
- 在 Windows 7 桌面上，双击打开 Internet Explorer 浏览器。
- 单击“开始”→“所有程序”→“附件”→“计算器”或“记事本”命令，打开“计算器”或“记事本”程序。

实验 1-5 使用“Windows 任务管理器”查看已打开的程序，利用进程关闭程序。

“Windows 任务管理器”为用户提供了有关计算机性能的信息，并显示了计算机上所运行的程序和进程的详细信息；如果连接到网络，那么还可以查看网络状态并迅速了解网络是如何工作的。

“Windows 任务管理器”的用户界面提供了文件、选项、查看、窗口、帮助等五大菜单项，界面中还有应用程序、进程、服务、性能、联网、用户等六个标签页，窗口底部则是状态栏，从这里可以查看到当前系统的进程数、CPU 使用比率、物理内存使用比率等数据。

在实验开始之前，请先将 Windows Media Player（媒体播放器）、计算机、计算器（Calculator）、写字板（WordPad）、记事本（NotePad）等几个程序打开。

打开“Windows 任务管理器”的方法是：右击任务栏的空白处，在弹出的快捷菜单中单击“启动任务管理器”命令（也可按下组合键 Ctrl+Shift+Esc），打开“Windows 任务管理器”窗口，如图 1-5 所示。

1. “应用程序”选项卡

在“应用程序”选项卡中，显示了所有当前正在运行的应用程序，不过它只会显示当前已打开窗口的应用程序，而 QQ、MSN Messenger 等最小化至系统通知区的应用程序则并不会显示出来。

单击“结束任务”按钮直接关闭某个应用程序，如结束“无标题-记事本”；如果需要同时结束多个任务，可以按住 Ctrl 键复选。单击“新任务”按钮，可以直接打开相应的程序、文件夹、文档或 Internet 资源。

2. “进程”选项卡

单击“查看”→“选择列”命令，在弹出的“选择列”对话框中设置要显示的信息，设置后的“进程”选项卡如图 1-6 所示。



图 1-5 Windows 任务管理器



图 1-6 “进程”选项卡

“进程”选项卡用于显示关于计算机上正在运行的进程的信息，包括应用程序、后台服务等。如果电脑已中病毒，则隐藏在系统底层深处运行的病毒程序或木马程序也可以找到。

找到需要结束的进程名，然后执行右键菜单中的“结束进程”命令，就可以强行终止，如 notePad.exe（记事本）。不过这种方式将丢失未保存的数据，而且如果结束的是系统服务，则系统的某些功能可能无法正常使用。

3. “性能”选项卡

在“性能”选项卡中，可以查看计算机性能的动态变化，例如 CPU 和各种内存的使用情况，如图 1-7 所示。

4. “用户”选项卡

如图 1-8 所示是“用户”选项卡。在“用户”选项卡中，显示了当前已登录和连接到本机的用户数、标识（标识该计算机上的会话的数字 ID）、状态（正在运行、已断开）、客户端名，可以单击“注销”按钮重新登录，或者通过“断开”按钮连接与本机的连接，如果是局域网用户，还可以向其他用户发送消息。



图 1-7 “性能”选项卡



图 1-8 “用户”选项卡

思考与综合练习

1. 在 Windows 7 桌面上建立如图 1-9 (a) 所示结构的文件夹，再将新建的文件 ywlx.txt 和 zw.doc 分别移动到 Windows 和 Word 文件夹中，如图 1-9 (b) 所示。

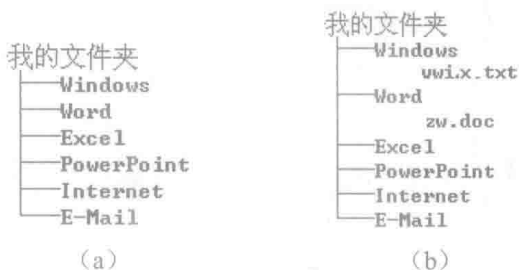


图 1-9 自定义的文件夹

2. 两次打开“记事本”程序 notepad.exe，然后使用“Windows 任务管理器”关闭“记事本”程序 notepad.exe。

3. 要求：利用“开始”菜单，搜索本地硬盘中所有的 EXE 文件。

实验二 键盘操作与指法练习

实验目的

- (1) 掌握一种中英文打字练习软件的使用。
- (2) 了解压缩软件 WinRAR 的基本使用方法。
- (3) 掌握汉字输入法的使用。
- (4) 了解“记事本”和“写字板”程序的启动、文件保存和退出的方法。

实验内容与操作步骤

实验 2-1 掌握“金山打字通 2013”（简称“金山打字”）中英文键盘练习软件的使用。“金山打字”的主要功能如下：

- (1) 支持打对与打错分音效提示。
- (2) 提供友好的测试结果展示，并实时显示打字时间、速度、进度、正确率。
- (3) 支持重新开始练习，支持打字过程中暂停打字。
- (4) 英文打字提供常用单词、短语练习，打字时提供单词解释提示。
- (5) 科学打字教学，先讲解知识点，再练习，最后过关测试。
- (6) 可针对英文、拼音、五笔分别测试，过关测试中提供查看攻略。
- (7) 提供经典打字游戏，轻松快速提高打字水平。
- (8) 提供通俗易懂的全新的打字教程，助你更快学会打字。

操作方法及步骤如下：

(1) 启动“金山打字”软件。单击“开始”→“所有程序”→“金山打字通”→“金山打字通”命令，启动“金山打字”练习软件。启动后，该程序的用户登录界面如图 2-1 所示。



图 2-1 “金山打字通 2013”启动窗口

对首次使用“金山打字”的用户，单击“新手入门”“英文打字”“拼音打字”和“五笔打

字”任何一个功能按钮，系统均弹出选择或添加某一用户，单击“确定”按钮，进入“超级打字通”的系统主界面，如图 2-2 所示。

在图 2-2 中，用户可创建或选择一个昵称（用户），单击“下一步”按钮，出现如图 2-3 所示的“登录”对话框之第二步——绑定 QQ 对话框，如图 2-3 所示。

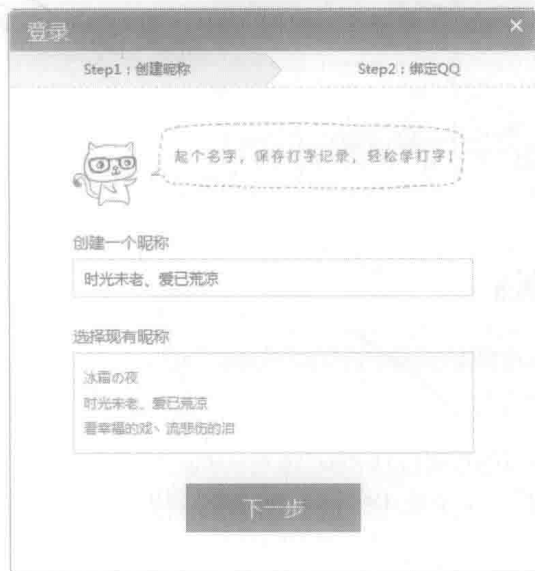


图 2-2 “登录”对话框之第一步—创建昵称



图 2-3 “登录”对话框之第二步—绑定 QQ

在图 2-3 中，用户可绑定或不绑定 QQ，绑定 QQ 账号后，用户可拥有保存记录、漫游打字成绩和查看全球排名等功能。

单击“绑定”按钮，出现如图 2-4 所示的 QQ 登录界面，单击自己的 QQ 头像，即可将本次打字和 QQ 绑定。如果不绑定 QQ，则直接单击图 2-3 对话框右上角的 X 按钮即可。



图 2-4 “QQ 登录”对话框

(2) 注销“昵称”和退出“金山打字通”。

①注销昵称。用户在练习时，可随时注销当前昵称（用户），其方法是：单击“金山打字”

界面右上角的“昵称”列表框，在弹出的列表中，执行“注销”命令，如图 2-5 所示。



图 2-5 注销“昵称”

②用户在练习时，也可随时结束程序的使用。退出此程序的方法有：

- 单击右上角的控制按钮“**×**”。
- 按通用的窗口退出组合键 **Alt+F4**。

(3) 英文键盘练习。英文键盘练习分为“新手入门”和“英文打字”两部分。

如图 2-6 所示的是“新手入门”功能界面，在“新手入门”训练中，用户可分别就“字母键位”“数字键位”“符号键位”3 个部分进行练习，此外用户还可学习或训练“打字常识”和“键位纠错”等 2 个部分的知识。



图 2-6 “新手入门”功能界面

用户只需要在“新手入门”功能界面中单击相应的功能按钮，就可进入相应的界面进行学习或练习。

图 2-7 所示的是“英文打字”功能界面，用户可单击相应按钮分别就“单词练习”“语句练习”和“文章练习”3 个部分进行练习。

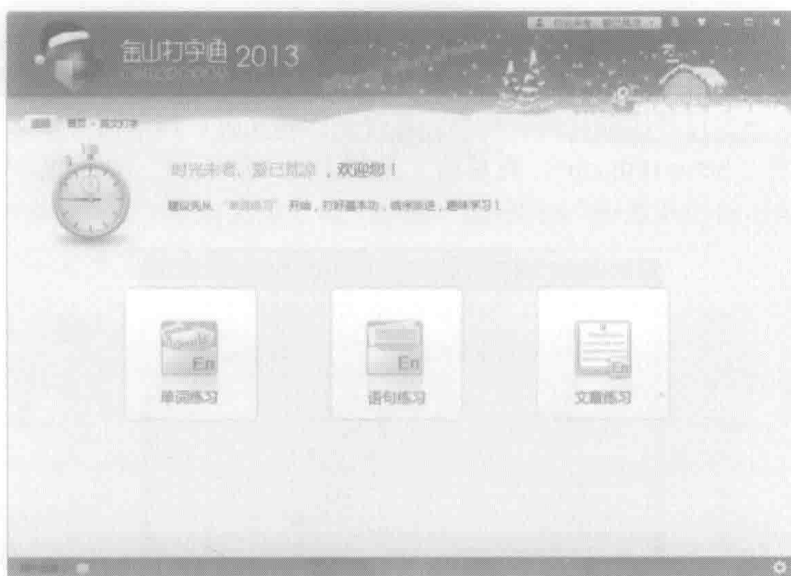


图 2-7 “新手入门”功能界面

(4) 利用“金山打字”软件, 用户还可进行“拼音打字”和“五笔打字”的练习。此外, “金山打字”软件还提供了趣味丰富的打字游戏。

实验 2-2 学会 WinRAR 中文版和“极点五笔 7.12”软件的简单使用, 要求如下:

- (1) 从网上下载并安装“WinRAR V5.6”简体中文正式版。
- (2) 从网上下载并安装“极点五笔 7.12”。
- (3) 安装 WinRAR 解压缩文件后, 使用 WinRAR 软件将“极点五笔 7.12”文件解压缩。

操作方法和步骤如下:

- (1) 下载“WinRAR V5.6”简体中文正式版和“极点五笔 7.12”。

- 下载“WinRAR V5.6”简体中文版, 下载的软件放在 Windows 7 桌面上。
- 从网上下载“极点五笔 7.12”, 下载的文件保存在 Windows 7 桌面上。

(2) 在 Windows 桌面上找到已下载的 WinRAR V5.6 文件, 双击并按照出现的安装界面提示, 一步一步操作即可将其安装到计算机中。

- (3) 正确安装 WinRAR 后, 双击 WinRAR 图标便可进入如图 2-8 所示的操作界面。



图 2-8 WinRAR 中文版的操作界面

(4) 解压“极点五笔 7.12”压缩文件。要使用压缩文件,必须先将其进行解压,对压缩文件进行解压的操作过程如下:



单击“文件”→“打开压缩文件”命令,选择某压缩文件,如从网上下载到桌面上的“极点五笔 7.12”文件“Setup10th.zip”,再单击工具栏上的“解压到”按钮,WinRAR 弹出如图 2-9 所示的“解压路径和选项”对话框。




图 2-9 “解压路径和选项”对话框

(5) 在“解压路径和选项”对话框中,默认为解压到当前文件夹中,可选择或输入要解压到的文件夹。单击“确定”按钮后,文件被解压到目标文件夹中。

(6) 在 Windows 7 桌面上,找到解开的文件夹“Setup10th”,双击打开该文件夹。在该文件中双击极点五笔安装文件“setup10th.exe”。

(7) 这时出现“极点五笔 7.12”安装界面,根据安装界面的提示,用户只需单击“下一步”按钮,就可顺利安装“极点五笔 7.12”输入法。安装完毕后,该输入法出现在 Windows 7 输入法中。

(8) 中文输入法的选择。将鼠标指向 Windows 操作系统任务栏的右下方通知区 (输入法)处单击,这时弹出已安装的各种中英文输入法,如图 2-10 所示,根据需要,用户选择一种适合自己的中文输入法,如“极点五笔输入法”等。也可按 Ctrl+Shift 组合键,依次显示各种中文输入法。图 2-11 为“极点五笔输入法”浮动块及说明。

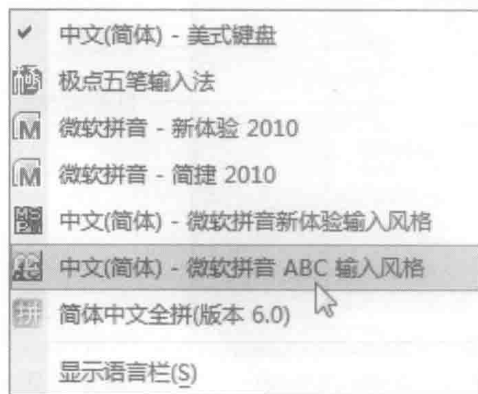


图 2-10 选择中文输入法

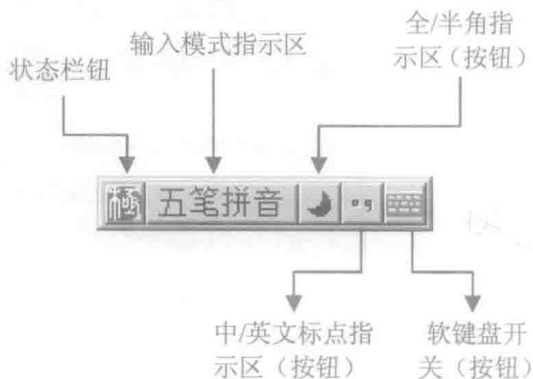


图 2-11 “极点五笔输入法”浮动块及说明

实验 2-3 记事本 (Notepad) 的使用。

Windows 系统中的“记事本”是一个常用的文本编辑器，它使用方便、操作简单，在很多场合下尤其是在编辑源代码（如 ASP 文档）时有其独特的作用。“记事本”打开及使用的方法如下：

- (1) 单击“开始”→“所有程序”→“附件”→“记事本”命令，打开“记事本”窗口。
- (2) 将下列英文短文录入到“记事本”中，短文如下：

The Python's history

Over six years ago, in December 1989, I was looking for a "hobby" programming project that would keep me occupied during the week around Christmas.

My office (a government-run research lab in Amsterdam) would be closed, but I had a home computer, and not much else on my hands.

I decided to write an interpreter for the new scripting language I had been thinking about lately: a descendant of ABC that would appeal to Unix/C hackers.

I chose Python as a working title for the project, being in a slightly irreverent mood (and a big fan of Monty Python's Flying Circus).

- (3) 文本输入完成后，单击“格式”→“字体”命令，打开“字体”对话框，如图 2-12 所示。

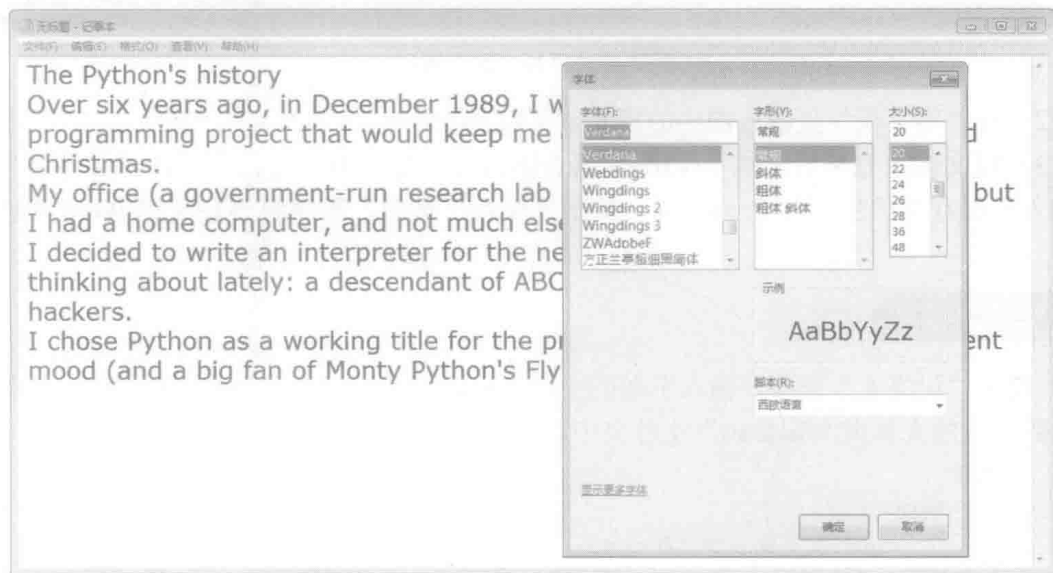


图 2-12 记事本“字体”对话框

- (4) 选择字体为 Microsoft YaHei UI，大小为四号，观察记事本窗口中文字内容的变化。
- (5) 单击“文件”菜单中的“保存”命令，打开“另存为”对话框，在“保存在”后面的下拉列表框中，选择一个目录（文件夹）如 Administrator 作为该文件保存的位置，然后在“文件名”文本框处输入 ywlx，单击“保存”按钮，则输入的内容就保存在文件 ywlx.txt 中。
- (6) 单击“文件”菜单中的“退出”命令，关闭“记事本”窗口。