

学习项目一 认识计算机

项目实训 选购学习用兼容机

一、实训目的

1. 了解计算机的组成。
2. 学会选购计算机的配件。
3. 学会分析计算机配件的兼容性和性价比。
4. 学会分析计算机配件的性价比。

二、实训内容

1. 选购 CPU。
2. 选购主板。
3. 选购内存。
4. 选购硬盘。
5. 选购光驱。
6. 选购机箱电源。
7. 选购键盘和鼠标。
8. 选购显示器。

三、实训要求

1. 选购 CPU

除了少数以图形处理和三维动画设计为主的专业外，一般对学习用的电脑 CPU 要求不是很高，只要选购中低端产品即可。

2. 选购主板

主板的选购除了性价比外，还要注意和 CPU 的搭配，要根据 CPU 的接口和总线性能等参数选择主板。

3. 选购内存

由于目前不同品牌的内存性能和价格相差不大，所以选购内存时主要考虑容量和速度两个指标。

4. 选购硬盘

作为负责存储电脑数据的主要硬件，硬盘的可靠性最为重要，在性能指标里应优先考虑容量。

5. 选购光驱

为了方便刻录光盘，用户可以选购带有刻录功能的 DVD 光驱。

6. 选购机箱电源

选择机箱时主要考虑美观、坚固和材质。电源是维持电脑硬件正常运转的重要元器件，一定要保证额定功率大于所有硬件的耗电量总和。

7. 选购键盘和鼠标

键盘和鼠标是用户经常接触、操作的设备，选购时主要考虑舒适性和方便性。

8. 选购显示器

显示器是最为重要的外设，直接关系到电脑的视觉效果，为了防止长时间阅读引起的视觉疲劳，建议学生选择点距大的显示器。

四、实训总结

学习项目二 Windows 7 系统安装与操作

项目实训 使用资源管理器

一、实训目的

1. 学会启动 Windows 资源管理器的方法。
2. 学会 Windows 资源管理器的常用功能。
3. 使用 Windows 资源管理器管理文件。
4. 学会使用“搜狗拼音输入法”。

二、实训内容

1. 启动 Windows 资源管理器。
2. 创建文件夹和文件。
3. 启动“搜狗拼音输入法”。
4. 重命名文件夹和文件。
5. 复制、剪切、粘贴、删除文件和文件夹。
6. 排列文件和文件夹。
7. 用不同方式查看文件和文件夹。
8. 为文件和文件夹设置属性。
9. 显示隐藏文件和系统文件并显示其扩展名。

三、实训要求

1. 启动 Windows 资源管理器。

双击桌面上“计算机”图标，打开“计算机”，然后单击工具栏上的“组织”列表，选择布局中的预览窗格选项，进入“资源管理器”。

2. 创建文件夹和文件。

- (1) 在 C 盘根目录下创建名为 test 和 student 的文件夹。
- (2) 在 test 文件夹中创建名为 kaoshi 和 daan 的文本文件。
- (3) 在 student 文件夹中创建名为 fuxi 和 ziliao 的文本文件。

3. 启动“搜狗拼音输入法”。

按 Ctrl+Shift 组合键调出“搜狗拼音输入法”。

4. 重命名文件夹和文件。

- (1) 将刚刚创建的 test 文件夹重命名为“测验”，student 文件夹重命名为“学生”。
- (2) 将“测验”文件夹中的 kaoshi 重命名为“考试”，daan 重命名为“答案”。

（3）将“学生”文件夹中的 fuxi 重命名为“复习”，ziliao 重命名为“资料”。

5. 复制、剪切、粘贴、删除文件和文件夹。

（1）将“学生”文件夹中的所有文件移动到“测验”文件夹中。

（2）将“测验”文件夹中的“考试”文件复制到“学生”文件夹中。

（3）删除“测验”文件夹中的“答案”文件。

6. 排列文件和文件夹。

（1）将“学生”文件夹中的文件按照修改时间排序。

（2）将 C 盘根目录下的文件按照类型排序。

7. 用不同方式查看文件和文件夹。

查看文件和文件夹的详细信息。

8. 为文件和文件夹设置属性。

（1）为“测验”文件夹加上“隐藏”属性。

（2）为“学生”文件夹加上“只读”属性。

9. 显示隐藏文件和系统文件并显示其扩展名。

（1）利用“文件夹选项”设置，让资源管理器显示所有文件，包括受保护的操作系统文件。

（2）利用“文件夹选项”设置，让资源管理器显示所有文件的扩展名。

四、实训总结

学习项目三 计算机管理

项目实训一 Windows 7 个性化设置

一、实训目的

1. 掌握 Windows 7 操作系统主题和个性化设置方法。
2. 培养学生运用所学知识解决实际问题的技能。

二、实训内容

1. 设置计算机的主题和外观。
2. 设置显示器的分辨率。
3. 设置系统的桌面背景。
4. 设置屏幕保护程序。

三、实训要求

1. 将系统主题设置为“Windows 经典”。
2. 将当前系统分辨率修改为“1024×768”。
3. 选取一张合适的图片设置为桌面背景，再修改图片位置选项值来调整背景最佳效果。
4. 将系统屏幕保护程序修改为“照片”，图片位置为“Administrator”目录下的“我的图片”中的图片，将幻灯片放映速度改为“快速”。

四、实训总结

项目实训二 管理计算机用户

一、实训目的

1. 学习创建不同权限的计算机账号，实现多用户管理。
2. 培养学生的协同工作能力。
3. 培养学生运用所学知识解决实际问题的职业技能。

二、实训内容

1. 创建计算机的新账号。
2. 为新账号设置密码。
3. 切换计算机账号。

三、实训要求

1. 创建新的计算机账户 XiaoLi。
2. 将新账户设置为“受限用户”。
3. 为 XiaoLi 账户创建密码 CX5678。
4. 将计算机当前用户切换为 XiaoLi。

四、实训总结

学习项目四 局域网与 Internet 使用

项目实训 上网下载 QQ 软件，并使用 QQ 邮箱发送 E-mail

一、实训目的

1. 学会使用 IE 浏览器。
2. 学会使用“百度”搜索功能。
3. 学会下载文件的技能。
4. 学会收发 E-mail。

二、实训内容

1. 启动 IE 浏览器。
2. 打开“百度”搜索页面。
3. 搜索 QQ 软件资源并下载。
4. 注册 QQ 邮箱并登录。
5. 使用 QQ 邮箱发送一封 E-mail。

三、实训要求

1. 启动 IE 浏览器。

双击桌面上的“IE 浏览器”图标启动 IE 浏览器。

2. 打开“百度”搜索页面。

在 IE 浏览器的“地址栏”中输入 www.baidu.com，打开“百度”搜索页面。

3. 搜索 QQ 软件资源并下载。

(1) 在“百度”搜索页面中输入想要寻找的“腾讯 QQ”，单击“百度一下”进入资源列表。

(2) 在资源列表中找到合适的资源。

(3) 使用“目标另存为”的方式下载 QQ 软件。

4. 注册 QQ 邮箱并登录。

(1) 打开腾讯网首页 www.qq.com。

(2) 进入 QQ 邮箱页面。

(3) 注册一个新的 QQ 邮箱，邮箱名采用姓名的全拼。

5. 使用 QQ 邮箱发送一封 E-mail。

(1) 收件人为 43164085@qq.com。

(2) 主题为“学习成果”。

- （3）上传一个任意图片文件作为附件。
- （4）正文内容为“我的学习成果”。
- （5）关闭邮箱。

四、实训总结
