

---

Office 高级讲师李宝运 Office 职场应用【品牌课程】

# 《职场白骨精必备的 PPT&Excel 秘笈》

(Office 综合课程 PPT+Excel 1 天精华版)

## 【课程说明】

Office 高效办公权威专家、Office 高级讲师李宝运老师的 PPT 品牌课程：《职场白骨精必备的 PPT 秘笈》，以 PPT 职场/商务应用为主线，颠覆传统的认识，强化视觉思维，以全新的观念和规范的流程制作 PPT，囊括了从演示文稿快速创建、文字、图片、形状的高效应用技巧、页面排版美化、专业演示汇报等 PowerPoint 高级技巧。学员和讲师同步案例操作，助力学员在短时间内成为 PPT 高手，使没有美术基础和设计功底的学员也能够快速掌握设计美化要领，做出高大上的 PPT 作品，并传授 PPT 演示的大师级绝招，助力学员实现精彩的 PPT 商务演示！

李宝运老师的 Excel 品牌课程：《职场白骨精必备的 Excel 秘笈》，紧密结合职场案例，全面囊括 Excel 高效管理的各方面精华：Excel 高效操作及数据输入技巧、公式与常用函数的用法、数据处理与分析使用技巧、数据透视表、高级图表制作美化等 Excel 最强大、最实用的功能。让学员在一天时间内掌握 Excel 的绝世秘笈！通过生动的案例能够举一反三，学以致用，迅速提高学员的 Excel 水平，成为真正的办公高手、职场白骨精！

## 【课程安排】

上午：《职场白骨精必备的 PPT 秘笈》约 3 课时  
下午：《职场白骨精必备的 Excel 秘笈》约 3 课时

## 【软件说明】

本次培训以微软 Office2007 版和 2010 版为准，请注意版本的统一，及时升级软件。不讲金山 WPS、不讲苹果软件、不讲微软 Office2003。

## 上午 《职场白骨精必备的 PPT 秘笈》

### 第 1 章 【快速创建篇】一键如飞，批量制作，PPT 创建的神奇必杀技！

本章目标：独家揭秘，批量创建，改变传统的一页页地复制粘贴创建 PPT 的错误制作方法，一步生成 PPT！

- ◆ 绝招精华：如何一步将 Word 文档生成为 PPT 演示文稿？
- ◆ 绝招精华：如何一步提取 PPT 演示文稿中的 Word 文字？
- ◆ 绝招精华：如何一次性将图片批量转换为 PPT 演示文稿？
- ◆ 绝招精华：如何一次性将 PPT 中的图片音频视频提取出来？

### 第 2 章 【精华技巧篇】招招精彩，精中选精，PPT 图形处理相关的精华

---

## 技巧！

本章目标：精中选精，让你轻松掌握图片和形状等元素的精华处理技巧，掌握高效管理 PPT 的绝招！PPT 配上精美的图片也不再是老大难！

- ◆ 绝招精华：如何运用形状编辑顶点功能做出经典的圆弧设计效果？
- ◆ 绝招精华：图片跟贴膏药一样放在 PPT 里面，太难看！如何去掉图片的背景色？
- ◆ 绝招精华：如何制作黑白剪影人物，其实你一步就可以实现！我来捅破这层窗户纸！
- ◆ 专家支招：别人的图片非常精美，我的图片效果很差，高质量的精美图片从哪去找？
- ◆ 绝招精华：如何善用微软剪贴画，将剪贴画打散，提取其中的有用矢量元素为我所用？
- ◆ 绝招精华：网上很多图片都带有水印，不会 Photoshop 该如何快速去除图片的水印？

## 第 3 章 【视觉呈现篇】视觉思维，呈现秘诀，改变 PPT 大堆文字堆砌的

### 现象！

本章目标：PPT 制作的秘诀在于结构化、视觉化，让你的 PPT 演示文稿不再是文字堆积，让你的 PPT 结构清晰直观，富有创意，百看不厌！

- ◆ 流程步骤：PPT 演示文稿进行结构化视觉化的步骤？
- ◆ 选择字体：做 PPT 该运用什么字体呈现效果好？如何一次性替换 PPT 中的相关字体？
- ◆ 善用图示：一堆文字如何一步转换为精美的 SmartArt 图示？图片如何一步转为 PPT！
- ◆ 专家支招：文字转创意图示有哪几种思路？（时间轴、时间线、比喻式、示意图）
- ◆ 巧用图片：如何运用图片实现视觉化？（图片填充文字、PNG 图标修饰、图片做背景）

## 第 4 章 【版式美化篇】排版美化，专业配色，快速掌握 PPT 页面排版技

### 巧！

本章目标：没有美术基础，怎样快速掌握排版美化技巧？本章让你的页面更加美化，非设计人员的你也能实现 PPT 的专业排版！实现 PPT 的高端、大气、上档次！

- ◆ 专家支招：什么是版式设计六原则？六大原则逐一案例剖析讲解。
- ◆ 对齐原则：对齐突显整洁——哪些方法可以实现元素对齐、赋予页面秩序美？
- ◆ 对比原则：对比引发关注——通过哪些方法凸显想强调的信息、观众感兴趣的信息？
- ◆ 聚拢原则：聚拢构建关系——如何保持观众视线的流畅，避免观众视线的频繁跳转？
- ◆ 重复原则：重复形成统一——相同等级元素如何快速实现效果一致，保持风格统一？
- ◆ 降噪原则：降噪助于简约——PPT 专业配色的主要依据？有哪些经典的颜色搭配法？
- ◆ 留白原则：留白聚焦视觉——页内元素如何做到以少胜多，如何做到以小见大？

## 第 5 章 【专业演示篇】流畅放映，专业演示，大师级的 PPT 演示秘笈！

---

本章目标：让你在登台汇报演示的时候游刃有余，助你一步速成大师级演示水平！

- ◆ 绝招精华：如何暂时隐藏放映屏幕上的内容？
- ◆ 绝招精华：PPT 文字太小如何让全场观众看清楚？
- ◆ 绝招精华：没有带激光笔，如何有效指示屏幕上要强调的内容？
- ◆ 绝招精华：如何在演示汇报中做到边放映边标注出要修改的内容？

——【整体答疑，总结提高】——

## 下午 《职场白骨精必备的 Excel 秘笈》

### 第一部分 Excel 高效操作基础技巧

本章目标：精选应用频率最高的实用技巧，样样实用精彩，Excel 高手必备的技能。让你快速跻身 excel 高手行列。

- ◆ 如何实现数据的快速分列？
- ◆ 如何实现行列内容的快速转换？
- ◆ 如何冻结行与列？

### 第二部分 数据输入与有效性技巧

本章目标：掌握数据快速输入，精准查找定位技巧；灵活地对工作表进行有效性设置。

- ◆ 如何批量填充区域内的空单元格？
- ◆ 如何设置用户选定单元格时出现提示信息？
- ◆ 如何利用数据有效性制作可选择下拉列表？

### 第三部分 数据分析实用技巧

本章目标：掌握 Excel 特殊排序与高级筛选知识，数据处理更轻松自得

- ◆ 如何对某合并单元格相邻的区域进行排序？
- ◆ 如何按自定义序列排序？
- ◆ 如何对双行标题的工作表进行筛选？
- ◆ 如何根据多个条件进行筛选？
- ◆ 如何创建分类汇总？
- ◆ 如何进行多级分类汇总？
- ◆ 如何复制分类汇总结果？
- ◆ 多张明细表如何快速合并计算生成汇总表？

### 第四部分 公式与函数基础

本章目标：灵活运用函数，轻松实现数据动态处理

- ◆ 逻辑函数：AND 函数
- ◆ 逻辑函数：OR 函数
- ◆ 逻辑函数：IF 函数
- ◆ 统计分析函数：SUMIF 函数

- 
- ◆ 统计分析函数：COUNTIF 函数
  - ◆ 查找引用函数：LOOKUP 函数
  - ◆ 查找引用函数：VLOOKUP 函数
  - ◆ 查找引用函数：HLOOKUP 函数

## 第五部分 高级图表制作技巧

本章目标：简洁、大气、高档次的图表设计，传授专业商务图表的制作之道

- ◆ 如何快速制作图表？
- ◆ 如何制作两轴线柱组合图？
- ◆ 如何制作双层饼图？
- ◆ 如何制作半圆形饼图？
- ◆ 如何利用图片美化数据点？
- ◆ 如何利用图片填充形象化？

## 第六部分 数据透视表——看透你的数据

本章目标：数据透视表（Excel 三大神器之一）看透你的数据，使您的数据管理更加清晰自如

- ◆ 如何创建数据透视表？
- ◆ 如何为一个字段添加多种分类汇总方式？
- ◆ 如何自动组合数据项？
- ◆ 如何手动组合数据项？
- ◆ 如何对透视表自定义值显示方式？
- ◆ 如何按页字段数据项分页打印？

——【整体答疑，总结提高】——