



## 职场白骨精必备的PPT秘笈

PPT职场/商务应用实战培训【品牌课程】

主讲 李宝运



## 职场白骨精必备的Excel秘笈

Excel职场应用实战培训【品牌课程】

主讲 李宝运



Excel高手速成秘笈 >>>

---

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 2 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、模板设计、超酷炫动画、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】

第一天：《职场白骨精必备的 PPT 秘笈》约 6.5 课时

第二天：《职场白骨精必备的 Excel 秘笈》约 6.5 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。

## 第 1 天 《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 演示文稿的错误制作方法，让 Word 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：现代非常流行的半透明填充效果是如何设计出来的？
- ◆ 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？
- ◆ 绝招精华：PPT 体积大，发邮件太慢，有哪些方法可以对 PPT 进行体积瘦身？
- ◆ 绝招精华：如何将 PPT 打印成讲义？如何将 PPT 发送生成 Word 电子版讲义？
- ◆ 绝招精华：PPT 撤销操作只有 20 步，怎么办？有没有增加撤销次数的后悔药？

## 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）
- ◆ 图表创意：图表如何实现视觉化创意化？（图片填充形象化、图片美化数据点等方法）

## 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？
  - ◆ 首页设计：PPT 封面有哪些经典的样式，可以让人眼前一亮？
  - ◆ 目录页设计：内文页有哪些经典的样式，可以有效吸引观众？
  - ◆ 结束页设计：封底能否不再 Thanks，如何做到结束页的成功有力，过目不忘？

## 第 5 章 【动画特效篇】超酷炫动画，影视般特效，揭开 PPT 动画的神秘

### 面纱！

本章目标：谁说 PPT 动画非常简陋、单调？传授 PPT 动画制作秘笈，让你轻松实现影视般的超酷炫动画特效！

- ◆ 专家支招：学习动画的四大难题与四大绝招。
- ◆ 绝招精华：经典动画效果实例练习——图表擦除的动画。
- ◆ 绝招精华：经典动画效果实例练习——画卷展开的动画。
- ◆ 绝招精华：经典动画效果实例练习——电影胶卷的动画。
- ◆ 绝招精华：经典动画效果实例练习——倒计时的动画。

## 第 6 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：如何在放映状态快速到达指定页面？
- ◆ 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？
- ◆ 绝招精华：如何运用演示者视图模式偷看提示词，做到流畅的演说？

——【整体答疑，总结提高】——

## 第 2 天 《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。

#### 1.1 个性化设置

- ◆ 如何自定义快速访问工具栏？
- ◆ 如何使用照相机和粘贴图片链接功能？

---

## 1.2 工作表快捷操作技巧

- ◆ 如何实现数据的快速分列？
- ◆ 如何实现行列内容的快速转换？
- ◆ 如何快速设置最合适的列宽/行高？

## 1.3 工作表的查看与安全保护

- ◆ 如何冻结行与列？
- ◆ 如何拆分工作表窗口？
- ◆ 如何对工作簿加密？
- ◆ 如何防止他人对工作表的增删？

## 1.4 工作表的快速美化

- ◆ 如何创建智能的表格？
- ◆ 如何制作斜线表头？

## 1.5 工作表的高级打印

- ◆ 如何使长表格打印时每页都有标题行？
- ◆ 如何强制在某单元格处重新分页打印？

# 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。

## 2.1 数据输入有绝招

- ◆ 如何快速输入大写人民币值？
- ◆ 如何在单元格内自动/强制换行？
- ◆ 如何批量填充区域内的空单元格？

## 2.2 数据查找与定位

- ◆ 如何清除某特定格式的单元格内容？
- ◆ 如何一次性取消工作表中的换行符？
- ◆ 如何巧用双击定位到列表的最末行？

## 2.3 数据有效性

- ◆ 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？
- ◆ 如何控制在单元格中输入数值的范围？
- ◆ 如何圈释出不符合要求的无效数据？

# 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

## 3.1 数据排序的技巧

- 
- ◆ 如何按行排序？
  - ◆ 如何按自定义序列排序？
  - ◆ 如何对多列数据中的某一列数据进行排序？
  - ◆ 如何对某合并单元格相邻的区域进行排序？

### 3.2 自动筛选与高级筛选

- ◆ 筛选基础知识进阶
- ◆ 如何根据多个条件进行筛选？
- ◆ 如何对双行标题的工作表进行筛选？
- ◆ 如何运用高级筛选获取不重复记录？

### 3.3 分类汇总与合并计算

- ◆ 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 公式基础与常用函数

本章目标：灵活运用函数，轻松实现数据动态处理

### 4.1 公式的基础知识

- ◆ 什么是运算符？
- ◆ 运算符的优先级？
- ◆ 什么是相对引用？
- ◆ 什么是绝对引用？

### 4.2 逻辑函数

- ◆ IF 函数：如何使用 IF 函数判断条件是否成立？
- ◆ OR 函数：如何使用 OR 函数判断任一条件是否成立？

### 4.3 文本函数

- ◆ MID 函数：如何使用 MID 函数获取身份证中的出生年月日？

### 4.4 日期和时间函数

- ◆ YEAR 函数：如何使用 YEAR 函数提取日期中的年份？
- ◆ MONTH 函数：如何使用 YEAR 函数提取日期中的月份？
- ◆ DAY 函数：如何使用 YEAR 函数提取日期中的天数？

### 4.5 统计分析函数

- ◆ SUMIF 函数：如何使用 SUMIF 函数可以对区域中符合指定条件的值求和？
- ◆ COUNTIF 函数：如何使用 COUNTIF 函数计算符合条件的个数？

### 4.6 查找引用函数

- ◆ LOOKUP 函数：如何使用 LOOKUP 函数快速查找？

- 
- ◆ VLOOKUP 函数：如何使用 VLOOKUP 函数按列查询？
  - ◆ HLOOKUP 函数：如何使用 HLOOKUP 函数按行查询？

#### 4.7 数据处理函数

- ◆ ROUND 函数：如何使用 ROUND 函数将数字四舍五入？

## 第五部分 专业图表的简洁设计与精美制作

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

### 5.1 图表 IQ 经典测试

### 5.2 图表的类型与选择

### 5.3 图表制作实用技巧

- ◆ 如何快速制作图表？
- ◆ 如何快速添加数据系列？
- ◆ 如何显示图表中隐藏的数据源？
- ◆ 如何任意调整坐标轴交叉点？

### 5.4 图表创意设计技巧

- ◆ 如何利用图片美化数据点？
- ◆ 如何利用图片填充形象化？

### 5.5 高级图表制作技巧

- ◆ 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？
- ◆ 如何制作复合条饼图？

## 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

### 6.1 数据透视表的结构

- ◆ 如何创建数据透视表？
- ◆ 数据透视表字段列表知识
- ◆ 如何创建多条件汇总的数据透视表？
- ◆ 数据源规范的数据格式

### 6.2 数据透视表的布局

- ◆ 如何改变行字段的排列顺序？
- ◆ 如何显示隐藏透视表字段的分类汇总？

- 
- ◆ 如何为一个字段添加多种分类汇总方式？
  - ◆ 报表布局有哪三种显示形式及区别？
  - ◆ 如何在每个项目后插入空行？
  - ◆ 如何合并居中显示项目标签？

### **6.3 数据透视表排序与筛选**

- ◆ 数据透视表如何手动排序？
- ◆ 数据透视表如何自动排序？
- ◆ 如何使用“其他排序选项”排序？
- ◆ 数据透视表筛选有哪些方法？

### **6.4 数据透视表项目组合**

- ◆ 如何自动组合数据项？
- ◆ 如何手动组合数据项？

### **6.5 在透视表中执行计算**

- ◆ 如何对同一字段进行多种分类汇总？
- ◆ 如何对透视表自定义值显示方式？
- ◆ 如何在透视表中使用计算字段？

### **6.6 数据透视表打印必知**

- ◆ 如何按行字段分类项目分页打印？
- ◆ 如何按页字段数据项分页打印？

—— **【整体答疑，总结提高】** ——