

职场白骨精必备的PPT&Excel秘笈

Office职场应用实战培训品牌课程

Office效率提升训练导师 李宝运



全国十强讲师 / Office培训领军人物——李宝运



- ◆ 中国讲师金话筒奖评选 全国十强培训师
- ◆ 2019-2021年度 中国培训行业标杆人物
- ◆ 微软办公软件国际认证 MOS大师级专家
(Microsoft Office Specialist Master)
- ◆ 中国科学院/国家知识产权局 特邀讲师
- ◆ 北京大学光华管理学院 特邀讲师
- ◆ Office职场应用高效办公 权威专家
- ◆ PPT设计与商务演示 顶尖实战专家
- ◆ 世界500强企业 Office效率提升训练导师
- ◆ 11年专职培训经验，培训人次130000+
- ◆ 课程精彩，场场好评，满意度98%以上
- ◆ 清华大学出版社 Office畅销书作者
- ◆ PPT畅销书:《完美演绎-PPT高手速成》
- ◆ Excel畅销书:《神技妙算-Excel高手速成》

全国十强讲师、Office 高效办公权威专家——李宝运老师品牌课程

Office 职场/商务应用实战培训【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)

【课程介绍】

本课程特邀 office 名师李宝运主讲，李宝运老师是中国讲师金话筒奖全国十强培训师、Office 培训领军人物、微软办公软件国际认证 MOS 大师级专家、金山办公 KVP 最有价值专家、金山办公技能认证 KOS 大师级专家、Office 高效办公权威专家、PPT 设计与商务演示顶尖实战专家。

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、数据处理与整理、数据统计分析技巧、数据透视表、高级图表制作等 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！

【适用对象】

本课程适用于企事业单位经常需要对外或对内使用 PPT 进行展示交流、使用 Excel 进行数据统计分析的广大职场人士。学员需具有一定的办公软件操作基础，通过本课程的学习，快速掌握一流 PPT 作品的设计呈现方法、掌握 Excel 的高效绝世秘笈！实现事半功倍的工作效率，成为当代职场、互联网时代真正的办公高手！

【课程说明】

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

理念讲授 + 实例呈现 + 案例剖析 + 操作示范 + 学员练习 + 一对一辅导。

【培训大纲】

上午 《职场白骨精必备的 PPT 秘笈》

第 1 章 【图形技巧篇】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：如何利用组合键快速水平复制或者快速垂直复制对象？
- ◆ 绝招精华：如何运用合并形状布尔运算功能做出组联交剪拆效果？
- ◆ 绝招精华：图片跟贴膏药一样放在 PPT 里面，太难看！如何去掉纯色背景图片的背景色？
- ◆ 绝招精华：如何利用 2010 删除背景功能去掉渐变背景图片的背景色？
- ◆ 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：如何制作图片填充文字效果？如何快速放大缩小文字字号？

第 2 章 【图文排版篇】排版美化，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3页共6页档次！

- ◆ 专家支招：什么是版式设计六原则？六大原则逐一案例讲解。
- ◆ 绝招精华：页内多个对象如何快速排列对齐？
- ◆ 绝招精华：多页元素如何利用网格线实现对齐？

- ◆ 绝招精华：页面元素一键快速复制对齐的两个绝招快捷键？
- ◆ 对齐原则：对齐突显整洁——还有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 3 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——电影胶卷的动画。
- ◆ 绝招精华：如何快速制作电影胶卷、如何组合多个对象？
- ◆ 绝招精华：如何设置胶卷匀速转动和重复转动、如何调整动画长度？

第 4 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：如何实现白屏/黑屏暂时隐藏放映屏幕上的内容？
- ◆ 绝招精华：中场休息，如何设置有效的倒计时精准计时？
- ◆ 绝招精华：PPT 文字太小如何放大并标注让全场观众看清楚？
- ◆ 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？

下午 《职场白骨精必备的 Excel 秘笈》

第 1 章 Excel 数据统计分析精华技巧

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。掌握快速分类汇总与合并计算知识，数据处理更轻松自得。

- ◆ 绝招精华：如何一键找不同？
- ◆ 绝招精华：如何一键汇总求和？
- ◆ 绝招精华：如何快速定位空值？

第 4 页 共 6 页

- ◆ 绝招精华：如何创建分类汇总？
- ◆ 绝招精华：如何进行多级分类汇总？

- ◆ 绝招精华：如何快速定位可见单元格区域？

第 2 章 Excel 变表神器：数据透视表

本章目标：数据透视表是 Excel 最强大的功能。利用透视表快速看透你的数据，使您的数据管理更加清晰自如！

- ◆ 绝招精华：如何创建数据透视表？
- ◆ 绝招精华：如何改变行字段的排列顺序？
- ◆ 绝招精华：报表布局有哪三种显示形式及区别？
- ◆ 绝招精华：如何显示透视表字段的分类汇总结果？
- ◆ 绝招精华：如何快速合并透视表的相同单元格？
- ◆ 绝招精华：如何按照年月日自动组合数据项？
- ◆ 绝招精华：如何对透视表自定义值显示方式？
- ◆ 绝招精华：如何将一个透视表拆快速分成 N 多个透视表？

第 3 章 公式与常用函数技巧

本章目标：灵活运用函数，轻松实现数据动态处理

- ◆ 绝招精华：文本函数——如何使用 MID 函数获取身份证的出生年月日？
- ◆ 绝招精华：查找引用函数——如何使用 VLOOKUP 函数进行精确查询？

第 4 章 数据处理与数据整理技巧

本章目标：掌握数据快速输入，数据整理、数据有效性技巧，轻松实现数据规范化

- ◆ 绝招精华：如何快速拆分字符替换字符？
- ◆ 绝招精华：如何实现数据的快速分列？
- ◆ 绝招精华：如何通过分列处理不规范日期？
- ◆ 绝招精华：如何批量填充区域内的空单元格？

——【整体答疑，总结提高】——