

# 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 2 天精通版)

### 【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。让学员在两天时间内掌握 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】

第一天：《职场白骨精必备的 PPT 秘笈》约 6 课时

第二天：《职场白骨精必备的 Excel 秘笈》约 6 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】

### 第一天 《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

【主要内容】传授 PPT 创建的神奇必杀技！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！

1. 【一键生成】如何一步将 Word 文档生成为 PPT 演示文稿？
2. 【添加元素】如何一步为 PPT 演示文稿增加页眉和页脚信息？
3. 【调整信息】如何快速隐藏某页面中后台的元素？如何设置首页页码不为 1？
4. 【统一风格】PPT 风格不统一，如何在 2 秒之内统一 PPT 风格，实现字体大小颜色统

一？

#### 第 2 章【图形技巧篇】—— 招招精彩，精中选精

【主要内容】让你轻松掌握图片和形状等元素的精华处理技巧，掌握高效处理 PPT 的绝招！PPT 配上精美的图片也不再是老大难！

### 1.我形我塑造——【形状】的处理效果与呈现

形状半透明填充效果设计技巧与应用

形状编辑顶点圆弧效果设计技巧与应用

### 2.一图胜千言——【图片】的处理效果与呈现

抠图去背景的技巧与应用

黑白剪影的制作技巧与应用

高质量的图片网站推荐

什么是精美的 PNG 图标

去除图片水印的技巧

## 第 3 章【视觉思维篇】——视觉思维，呈现秘诀

【主要内容】PPT 制作的秘诀在于结构化、视觉化，让你的 PPT 演示文稿不再是大堆 Word 文字堆积,让你的 PPT 结构清晰直观，富有创意，百看不厌！

### 1.文稿内容结构化视觉化

什么是视觉思维？

PPT 演示文稿结构化视觉化的案例

### 2.选择【合适字体】——文字呈现视觉化

什么是衬线字体与无衬线字体

职场/商务场合字体的经典搭配

一次性替换幻灯片的相关字体

字体快速安装的方法

字体嵌入到 PPT 中的方法

字体选择性粘贴为图片的方法

### 3.善用【SmartArt 图示】——逻辑关系视觉化

将文本快速转换为 SmartArt 图示

图示编辑方法：添加形状与文本窗格

文稿内容图示化实例：时间轴图示、时间线图示、比喻式、示意图

### 4.巧用【图片修饰】——提高图版率实现视觉化

图片做背景的注意事项

图片填充文字的效果

PNG 图标的美化修饰

### 5.【图表创意】妙招——图表视觉化创意化

图片美化数据点

利用整个画面

轮廓形象化

图表实物化

## 第 4 章【版式美化篇】——图文排版，页面美化

【主要内容】没有设计功底，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！

### 1.版式设计六原则之一：【对齐】

对齐突显整洁，对齐方法及实例

如何利用参考线对齐、如何快速排列对齐、如何快速复制对象并对齐、如何利用表格对齐

### 2.版式设计六原则之二：【对比】

对比引发关注，对比方法及实例

PPT 中字号多大比较合适？正文多大字号、标题多大字号？如何快速放大缩小字号？

### 3.版式设计六原则之三：【聚拢】

聚拢构建关系，聚拢方法及实例

善于使用 Smartart 实现元素聚拢、善于将段落拉开距离实现元素聚拢

### 4.版式设计六原则之四：【重复】

重复形成统一，重复方法及实例

快速复制对象有哪些绝妙技巧？图文排版从来都是一生二，二生万物，如何一键实现？

### 5.版式设计六原则之五：【降噪】

降噪助于简约，降噪方法及实例

PPT 页面如何快速做到降噪，实现文字少、颜色少、图片少、动画少？

### 6.版式设计六原则之六：【留白】

留白聚焦视觉，留白方法及实例

为什么说优秀 PPT 的奥秘就在于留白？如何做到留白？

## 第 5 章【动画特效篇】——超酷炫动画，影视般特效

【主要内容】谁说 PPT 动画非常简陋、单调？揭开 PPT 动画的神秘面纱，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！

### 1.动画的四大作用

### 2.学习动画的四大难题与四大绝招

### 3.动画的四种类型：进入、强调、退出、动作路径

### 4.经典图表动画——图表擦除的动画

### 5.经典图片动画——画卷展开的动画

### 6.经典图片动画——电影胶卷的动画

## 第6章【专业演示篇】——流畅放映，大师水准

【主要内容】传授大师级的PPT演示秘笈！让你在登台演示汇报的时候游刃有余，助你一步速成大师级演示水平！

- 1.演示技巧：暂时隐藏放映屏幕内容的技巧
- 2.演示技巧：在放映状态快速到达指定页面
- 3.演示技巧：PPT文字太小如何放大让全场观众看清楚
- 4.演示技巧：没有激光笔也能有效指示屏幕上要强调的内容
- 5.演示技巧：在演示汇报中可以边放映边标注出要修改内容

## 第二天 《职场白骨精必备的Excel秘笈》

### 第1章：数据高效统计分析技巧

本章目标：掌握金山WPS表格的常用的统计分析工具，特别是分类汇总、合并计算和特殊排序与高级筛选知识，让数据统计分析更轻松自得！

#### 1.1 快速汇总

技巧精华：如何一键快速汇总求和

技巧精华：如何快速定位空值、如何替换函数

技巧精华：如何创建分类汇总和多级分类汇总

技巧精华：如何复制分类汇总结果

#### 1.2 合并计算

技巧精华：多张明细表如何快速合并计算生成汇总表

技巧精华：表头完全一致的多张明细表如何快速汇总

#### 1.3 条件格式

技巧精华：如何利用条件格式智能找不同

技巧精华：如何利用条件格式自动突出显示单元格

数据验证：如何圈释出不符合要求的无效数据

## 第 2 章：数据透视表精华技巧

本章目标：详细全面讲解数据透视表的高级技巧，带你了解金山 WPS 表格的三大神器之一的透视表，使您的数据统计分析更加高效！

### 2.1 数据透视表的结构

技巧精华：创建基础的数据透视表

技巧精华：创建多条件汇总的数据透视表

专家支招：数据源规范的数据格式

### 2.2 数据透视表的布局

技巧精华：改变行字段的排列顺序

技巧精华：显示隐藏透视表字段的分类汇总

技巧精华：为一个字段添加多种分类汇总方式

专家支招：报表布局有哪三种显示形式及区别

技巧精华：合并居中显示项目标签

### 2.3 显示报表筛选页

技巧精华：如何将一个透视表拆快速分成 N 多个透视表

### 2.4 数据透视表项目组合

技巧精华：自动组合日期型数据项

第 8 页 共 11 页

### 2.5 数据透视表值显示方式

技巧精华：如何对透视表自定义值显示方式

技巧精华：如何让透视表同时显示数值和百分比

技巧精华：如何利用值显示方式轻松完成业绩排名

## 第3章：数据处理整理精华技巧

本章目标：数据源不规范，统计分析怎么可能正确？老师手把手教你如何快速将数据源规范化！

### 3.1 数据快速分列

技巧精华：如何快速拆分数据

技巧精华：如何快速添加字符或替换字符

技巧精华：如何实现数据的快速分列

技巧精华：如何一键处理不规范日期

### 3.2 数据输入有绝招

技巧精华：如何批量填充空单元格

### 3.3 二维表转一维表

专家支招：什么是二维表、什么是一维表

技巧精华：如何利用多重合并实现二维表转一维表

## 第4章：职场常用明星函数技巧

本章目标：掌握常用明星函数，灵活运用函数公式，轻松实现数据处理！

### 4.1 公式的基础知识

技巧精华：运算符及优先级

技巧精华：相对引用

技巧精华：绝对引用

技巧精华：混合引用

技巧精华：如何快速切换引用方式

技巧精华：如何公式与值如何快速切换

技巧精华：如何快速打开函数参数对话框

## 4.2 文本函数

技巧精华：MID 函数获取身份证中的出生年月日

## 4.3 逻辑函数

技巧精华：使用 IF 函数判断条件是否成立

技巧精华：OR 函数与 IF 函数嵌套应用实例

技巧精华：AND 函数与 IF 函数嵌套应用实例

## 4.4 查找引用函数

技巧精华：使用 VLOOKUP 函数按列精确查询

技巧精华：使用 VLOOKUP 函数按列模糊查询

技巧精华：模糊查询时等级规则表的注意事项

## 4.5 统计分析函数

技巧精华：使用 SUBTOTAL 函数如何进行专业统计分析

技巧精华：SUBTOTAL 函数与 SUM 函数的区别

技巧精华：使用 RANK.EQ 函数统计员工业绩排名（选学）

# 第 5 章：高级图表制作精华技巧

本章目标：汇集诸多高级图表，图表实用制作技巧大揭秘，传授商务图表的制作之道！

## 5.1 图表的类型与选择

第 10 页 共 11 页

## 5.2 图表制作实用技巧

技巧精华：如何一键制作图表

技巧精华：如何快速添加数据系列

技巧精华：如何更改图表类型

技巧精华：如何绘制在次坐标轴

技巧精华：如何调整坐标轴最小值最大值

### **5.3 图表创意设计技巧**

技巧精华：如何利用图片美化数据点

### **5.4 高级图表制作技巧**

技巧精华：如何制作两轴线柱组合图

技巧精华：如何制作旋风图

技巧精华：如何制作甘特图（选学）

## **——【整体答疑，总结提高】——**