



# 和秋叶一起学 Word

—— 《和秋叶一起学PPT》兄弟篇 ——

## 第6课

**99% 办公妹都不会的痛点，  
请私藏变大神！**

# 6

## 80% 的人不知道的 复制粘贴妙招？(上)

99%办公妹都不会的痛点，请私藏变大神！



honeypengpeng

#老公举的日常# 老公举给我发的一堆材料！！让我把几张Excel表格复制到Word去 🤖🤖 丫的复制粘贴都不会啊 ~~~~

15分钟前 来自 iPhone 8plus 土豪金

收藏

转发

评论 69

👍 3



太平公举爱美丽

为什么就不能复制粘贴到Word里处理一下再打印一份呢？这让我怎么拿去上课见人？@冬瓜不要豆腐 说！你是不是故意的？🐱🐱🐱🐱

📄 收起 | 🔍 查看大图 | ↶ 向左转 | ↷ 向右转

声明：凡注明来源的作品，均转载自其它媒体，目的在于传递正能量，分享法学学术思想，本平台的公益性，并不代表赞同其观点和其真实性负责。若作者或版权人不愿被使用，请及时来函指出，编者则会即予改正。法学中国

疤痕凹陷修复      两室一厅装修图

**桑拿按摩会所**

头发稀少的原因      三清茶

**头发稀少吃什么**

头发稀少用什么      定期存款怎么存

**胸小吃什么变大**

来自：fanbo1975 > 《微信》

@坚果晗



真的有复制粘贴都不会的人存在 ~

这节教你全面掌握复制粘贴技法。



## 复制粘贴妙招：

- ▶ 1. 粘贴选项巧妙去格式复制
- 2. 选择性粘贴：将内容变成图片
- 3. 选择性粘贴：将引用内容变成动态更新的链接
- 4. 巧用剪贴板批量复制

由于写影评需要，我想要从网络引用一部分内容



新闻 网页 贴吧 知道 音乐 图片 视频 地图 百科 文库

复仇者联盟

进入词条

搜索词条

帮助

安徽卫视

大好时光

10.16全国首播

首页

分类

特色百科

用户

权威合作

手机百科

复仇者联盟是一个多义词，请在下列义项上选择浏览（共4个义项）

展开



特色  
词条

# 复仇者联盟

编辑

《复仇者联盟》（英语：Marvel's The Avengers）是一部于2012年上映的超级英雄电影，改编自漫威同名漫画。是漫威电影宇宙的第六部影片、同时也是漫威漫画改编的电影中第一部票房超过十亿的电影。影片于2012年5月5日在中国内地正式上映。由乔斯·韦登执导，小罗伯特·唐尼、克里斯·埃文斯、克里斯·海姆斯沃斯、马克·鲁法洛、斯嘉丽·约翰逊、杰瑞米·雷纳和汤姆·希德勒斯顿联袂出演。片中讲述神盾局指挥官尼克·弗瑞为了对付《雷神》中被流放的洛基，积极奔走寻找最强者，在神盾局斡 ... >>>

评分 ★★★★★ 8

信息 美国 | 142分钟 | 2012年5月4日（美...）

导演 乔斯·韦登

类型 动作，科幻，奇幻，冒险





看中了这一段，于是选择并复制（Ctrl+C）了选中的内容

## 剧情简介

一股突如其来的强大邪恶势力对地球造成致命威胁，没有任何一个超级英雄能够单独抵挡。长期致力于保护全球安危的神盾局感到措手不及，其指挥官“独眼侠”尼克·弗瑞（塞缪尔·杰克逊 饰）意识到他必须创建一个“史上最强”的联盟组织，云集各方超级英雄一起发威，才能拯救世界于水深火热，抵御黑暗势力的侵袭。

于是由六大超级英雄——钢铁侠（小罗伯特·唐尼 饰）、美国队长（克里斯·埃文斯 饰）、雷神（克里斯·海姆斯沃斯 饰）、绿巨人（马克·鲁弗洛 饰）、黑寡妇（斯嘉丽·约翰逊 饰）和鹰眼侠（杰瑞米·雷纳 饰）组成的“复仇者联盟”应运而生。他们各显神通，团结一心，终于战胜了邪恶势力，保证了地球的安全。<sup>[2]</sup>



复仇者联盟 电影图

注：复仇者联盟的电影剧图册来源<sup>[3]</sup>

# 粘贴到Word中后发现，多余的图片、网页格式也带了过来

## 剧情简介编辑



复仇者联盟 电影剧照 (15 张)

一股突如其来的强大邪恶势力对地球造成致命威胁，没有任何一个超级英雄能够单独抵挡。长期致力于保护全球安危的神盾局感到措手不及，其指挥官“独眼侠”尼克·弗瑞（塞缪尔·杰克逊 饰）意识到他必须创建一个“史上最强”的联盟组织，云集各方超级英雄一起发威，才能拯救世界于水深火热，抵御黑暗势力的侵袭。

于是由六大超级英雄——钢铁侠（小罗伯特·唐尼 饰）、美国队长（克里斯·埃文斯 饰）、雷神（克里斯·海姆斯沃斯 饰）、绿巨人（马克·鲁弗洛 饰）、黑寡妇（斯嘉丽·约翰逊 饰）和鹰眼侠（杰瑞米·雷纳 饰）组成的“复仇者联盟”应运而生。他们各显神通，团结一心，终于战胜了邪恶势力，保证了地球的安全。<sup>[4]</sup>

注：复仇者联盟的电影剧照来源<sup>[4]</sup>

**能不能只保留干干净净的文字呢？**

# 看粘贴内容的角落有一个智能标记，鼠标放上去会有粘贴选项浮现

## 剧情简介编辑



复仇者联盟 电影剧照 (15 张)

一股突如其来的强大邪恶势力对地球造成致命威胁，没有任何一个超级英雄能够单独抵挡。长期致力于保护全球安危的**神盾局**感到措手不及，其指挥官“**独眼侠**”**尼克·弗瑞**（**塞缪尔·杰克逊** 饰）意识到他必须创建一个“史上最强”的联盟组织，云集各方超级英雄一起发威，才能拯救世界于水深火热，抵御黑暗势力的侵袭。

于是由六大超级英雄——**钢铁侠**（**小罗伯特·唐尼** 饰）、**美国队长**（**克里斯·埃文斯** 饰）、**雷神**（**克里斯·海姆斯沃斯** 饰）、**绿巨人**（**马克·鲁法洛** 饰）、**黑寡妇**（**斯嘉丽·约翰逊** 饰）和**鹰眼侠**（**杰瑞米·雷纳** 饰）组成，他们各显神通，团结一心，终于战胜了邪恶势力，保证了地球的安全。

注：复仇者联盟的电影剧照来源

## 可选粘贴选项



## 粘贴智能标记



# 选择仅保留文本，所有边线、色块、超链接、颜色等等格式统统去除

8 6 4 2 2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 24 26 28 30 32 34 36 38 40 42 44 46 48

选择仅保留文本

剧情简介编辑

复仇者联盟 电影剧照

复仇者联盟 电影剧照 (15 张)

一股突如其来的强大邪恶势力对地球造成致命威胁，没有任何一个超级英雄能够单独抵挡。长期致力于保护全球安危的神盾局感到措手不及，其指挥官“独眼侠”尼克·弗瑞（塞缪尔·杰克逊 饰）意识到他必须创建一个“史上最强”的联盟组织，云集各方超级英雄一起发威，才能拯救世界于水深火热，抵御黑暗势力的侵袭。

于是由六大超级英雄——钢铁侠（小罗伯特·唐尼 饰）、美国队长（克里斯·埃文斯 饰）、雷神（克里斯·海姆斯沃斯 饰）、绿巨人（马克·鲁弗洛 饰）、黑寡妇（斯嘉丽·约翰逊 饰）和鹰眼侠（杰瑞米·雷纳 饰）组成的“复仇者联盟”应运而生。他们各显神通，团结一心，终于战胜了邪恶势力，保证了地球的安全。[2]

注：复仇者联盟的电影剧照来源[3]







但是.....

有时我想要复制大量的网页内容，  
想等粘贴以后再去点仅保留文本



由于网页格式太多，处理时软件内存消耗严重，  
一直处于刷新状态，等半天都没有反应



**Word 直接给跪了 ~ 崩溃**

# 这时，你可以选择另一种方法：提前打开粘贴选项



1. 右键点击插入粘贴内容的位置打开右键菜单；
2. 选择保留文本选项

这样就可以避免粘贴到 Word 时，  
长时间没反应的情况出现

粘贴选项:



**三个粘贴选项有什么区别？**

# 保留源格式粘贴



保留了原始的文字字体  
大小、对齐、颜色、超  
链接等格式

保留了图片

8 4 2 2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 24 26 28 30 32 34 36 38 40 42 44 46 48

(Ctrl) +

剧情简介编辑



复仇者联盟 电影剧照 (15 张)

一股突如其来的强大邪恶势力对地球造成致命威胁，没有任何一个超级英雄能够单独抵挡。长期致力于保护全球安危的神盾局感到措手不及，其指挥官“独眼侠”尼克·弗瑞（[塞缪尔·杰克逊](#) 饰）意识到他必须创建一个“史上最强”的联盟组织，云集各方超级英雄一起发威，才能拯救世界于水深火热，抵御黑暗势力的侵袭。

于是由六大超级英雄——[钢铁侠](#)（[小罗伯特·唐尼](#) 饰）、[美国队长](#)（[克里斯·埃文斯](#)



# 合并格式粘贴

2 2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 24 26 28 30 32 34 36 38 40 42 44 46

剧情简介 [编辑](#)



[复仇者联盟 电影剧照 \(15 张\)](#)

一股突如其来的强大邪恶势力对地球造成致命威胁，没有任何一个超级英雄能够单独抵挡。长期致力于保护全球安危的神盾局感到措手不及，其指挥官“独眼侠”尼克·弗瑞（[塞缪尔·杰克逊](#) 饰）意识到他必须创建一个“史上最强”的联盟组织，云集各方超级英雄一起发威，才能拯救世界于水深火热，抵御黑暗势力的侵袭。

于是由六大超级英雄——[钢铁侠](#)（[小罗伯特·唐尼](#) 饰）、[美国队长](#)（[克里斯·埃文斯](#) 饰）、[雷神](#)（[克里斯·海姆斯沃斯](#) 饰）、[绿巨人](#)（[马克·鲁法洛](#) 饰）、[黑寡妇](#)（[斯嘉丽·约翰逊](#) 饰）和[鹰眼](#)（[杰瑞米·雷纳](#) 饰）组成的“复仇者”联盟集结起来，各显神通，团结一心，终于战胜了邪恶势力，保证了地球的安全。

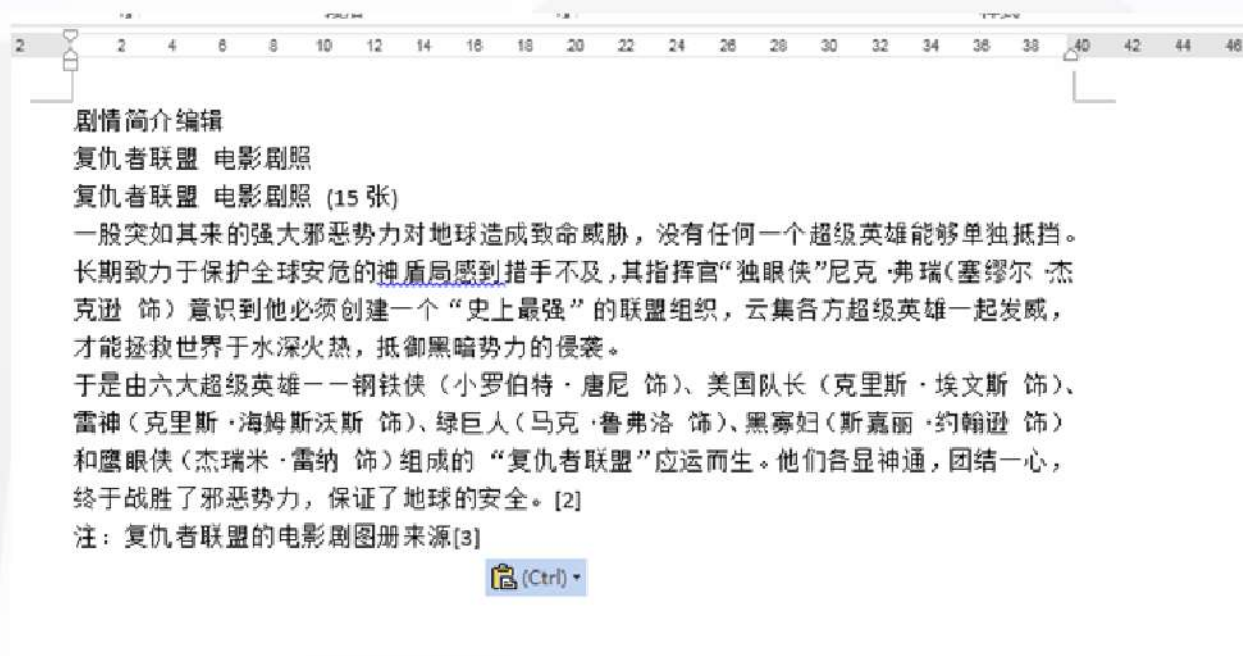
注：复仇者联盟的电影剧照图册来源可

粘贴选项：  
[图标] [图标] [图标] A  
设置默认粘贴(A)....  
[图标] (Ctrl) \*



文字的大小、颜色、缩进对齐等基本格式匹配粘贴位置的格式，但是保留了超链接和图片

# 保留文本粘贴



**完全清除了所有格式，仅保留文字，甚至图片也不会保留**

## 复制粘贴妙招：

1. 粘贴选项巧妙去格式复制
- ▶ 2. 选择性粘贴：将内容变成图片
3. 选择性粘贴：将引用内容变成动态更新的链接
4. 巧用剪贴板批量复制



|    |   |
|----|---|
| 13 | 使用说明：评分范围为0~10分。小于5分会有红色字体提示。最高分、最低分、得分、名次已经填充函数，自动生成内容，如果修改评委人数需要同步修改函数。 |
| 14 |   |

使用说明：评分范围为0~10分。小于5分会有红色字体提示。最高分、最低分、得分、名次已经填充函数，自动生成内容，如果修改评委人数需要同步修改函数。

# 粘贴以后，面目全非，丑死了

8 6 4 2 2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 24 26 28 30 32 34 36 38 42 44 46 48



\*飞机比赛评分

| 选手    | 评委1 | 评委2 | 评委3 | 评委4 | 评委5 | 最高分 | 最低分 |
|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1号选手  | 5   | 7   | 6   | 5   | 8   | 8   |     |
| 2号选手  | 7   | 6   | 8   | 9   | 5   | 9   |     |
| 3号选手  | 6   | 7   | 6   | 6   | 7   | 7   |     |
| 4号选手  | 8   | 8   | 7   | 6   | 7   | 8   |     |
| 5号选手  | 6   | 8   | 8   | 8   | 9   | 9   |     |
| 6号选手  | 8   | 7   | 8   | 7   | 6   | 8   |     |
| 7号选手  | 5   | 6   | 5   | 6   | 7   | 7   |     |
| 8号选手  | 9   | 9   | 9   | 9   | 10  | 10  |     |
| 9号选手  | 8   | 9   | 8   | 9   | 9   | 9   |     |
| 10号选手 | 8   | 7   | 7   | 8   | 8   | 8   |     |

使用说明：评分范围为0~10分，小于5分会有红色字体提示。最高分、最低分、得分、名次已经填充函数，自动

## Excel表格粘贴2个问题

1. 表格超出页面；
2. 行距变大

重新调整表格格式，工作量可不少



# 换成以目标样式选项进行粘贴，又变了另一个丑样

\*飞机比赛评分

| 选手  | 评委 1 | 评委 2 | 评委 3 | 评委 4 | 评委 5 | 最高分 | 最低分 | 得分   | 名次 |
|---|------|------|------|------|------|-----|-----|------|----|
| 1号选手  | 5    | 7    | 6    | 5    | 8    | 8   | 5   | 2.57 | 9  |
| 2号选手  | 7    | 6    | 8    | 9    | 5    | 9   | 5   | 3.00 | 6  |
| 3号选手  | 6    | 7    | 6    | 6    | 7    | 7   | 6   | 2.71 | 8  |
| 4号选手  | 8    | 8    | 7    | 6    | 7    | 8   | 8   | 2.86 | 7  |
| 5号选手  | 6    | 8    | 8    | 8    | 9    | 9   | 6   | 3.43 | 3  |
| 6号选手  | 8    | 7    | 8    | 7    | 6    | 8   | 6   | 3.14 | 5  |
| 7号选手  | 5    | 6    | 5    | 6    | 7    | 7   | 5   | 2.43 | 10 |
| 8号选手  | 9    | 9    | 9    | 9    | 10   | 10  | 9   | 3.86 | 1  |
| 9号选手  | 8    | 9    | 8    | 9    | 9    | 9   | 8   | 3.71 | 2  |
| 10号选手   | 8    | 7    | 7    | 8    | 8    | 8   | 7   | 3.29 | 4  |
| 使用说明：评分范围为 0~10 分。小于 5 分会有红色字体提示。最高分、最低分、得分、名次已经填充函数，自动生成内容，如果修改评委人数需要同步修改函数。 |      |      |      |      |      |     |     |      |    |
| 网易云课堂·和秋叶一起学 Word·练习材料  |      |      |      |      |      |     |     |      |    |

粘贴选项:



设置默认粘贴(A)...



使用目标样式粘贴选项后的效果如图。



粘贴选项有一个新的选项

# 粘贴成图片

# 粘贴成图片格式，就能完整保留原有样式

8 6 4 2 2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 24 26 28 30 32 34 36 38 40 42 44 46 48



## \*飞机比赛评分

| 选手    | 评委1 | 评委2 | 评委3 | 评委4 | 评委5 | 最高分 | 最低分 | 得分   | 名次 |
|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|----|
| 1号选手  | 5   | 7   | 6   | 5   | 8   | 8   | 5   | 2.57 | 9  |
| 2号选手  | 7   | 6   | 8   | 9   | 5   | 9   | 5   | 3.00 | 6  |
| 3号选手  | 6   | 7   | 6   | 6   | 7   | 7   | 6   | 2.71 | 8  |
| 4号选手  | 8   | 8   | 7   | 6   | 7   | 8   | 8   | 2.86 | 7  |
| 5号选手  | 6   | 8   | 8   | 8   | 9   | 9   | 6   | 3.43 | 3  |
| 6号选手  | 8   | 7   | 8   | 7   | 6   | 8   | 6   | 3.14 | 5  |
| 7号选手  | 5   | 6   | 5   | 6   | 7   | 7   | 5   | 2.43 | 10 |
| 8号选手  | 9   | 9   | 9   | 9   | 10  | 10  | 9   | 3.86 | 1  |
| 9号选手  | 8   | 9   | 8   | 9   | 9   | 9   | 8   | 3.71 | 2  |
| 10号选手 | 8   | 7   | 7   | 8   | 8   | 8   | 7   | 3.29 | 4  |

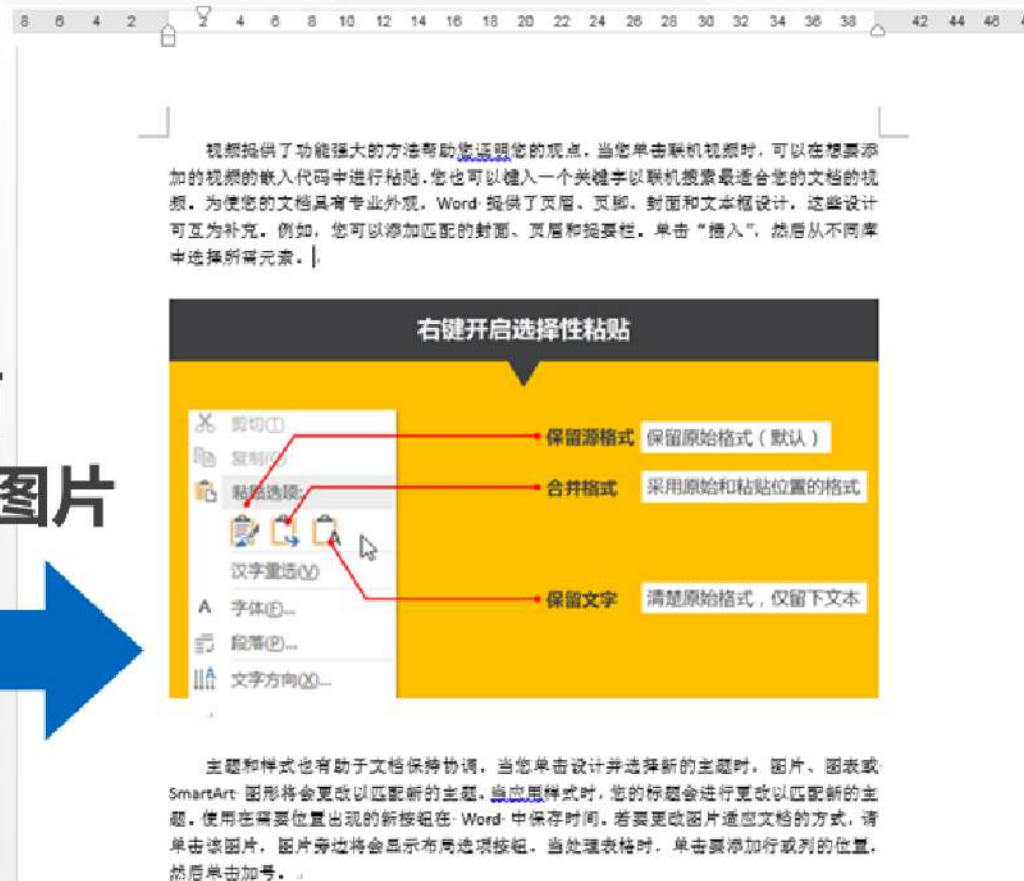
使用说明：评分范围为0~10分，小于5分会有红色字体提示。最高分、最低分、得分、名次已经填充函数，自动生成内容，如果修改评委人数需要同步修改函数。

网易云课堂·和秋叶一起学Word·练习材料

# 引用 PPT 的内容时，也时常整页粘成图片放 Word 里辅助说明

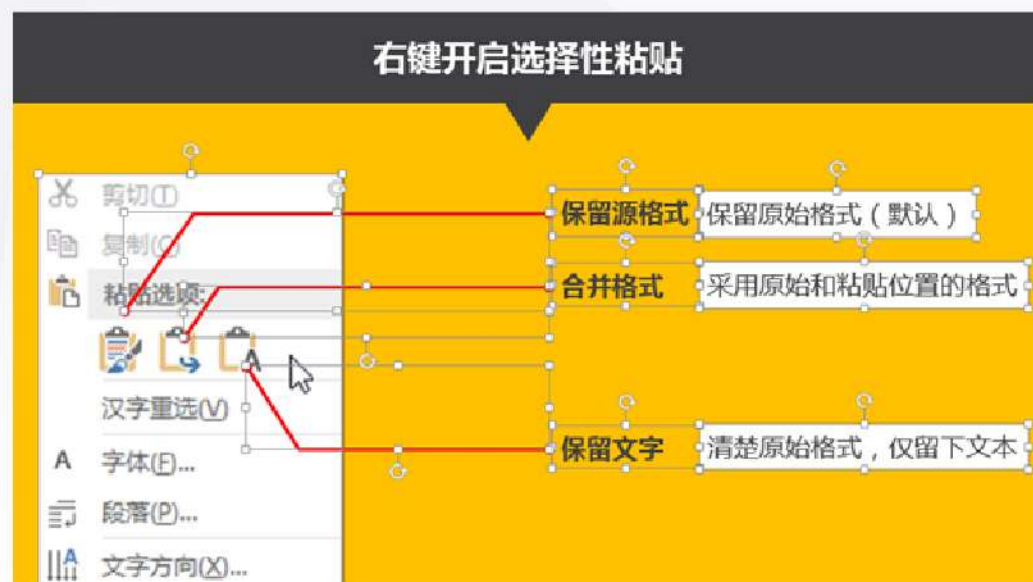


直接选中一个 PPT 页面  
在 Word 中右键粘贴成图片

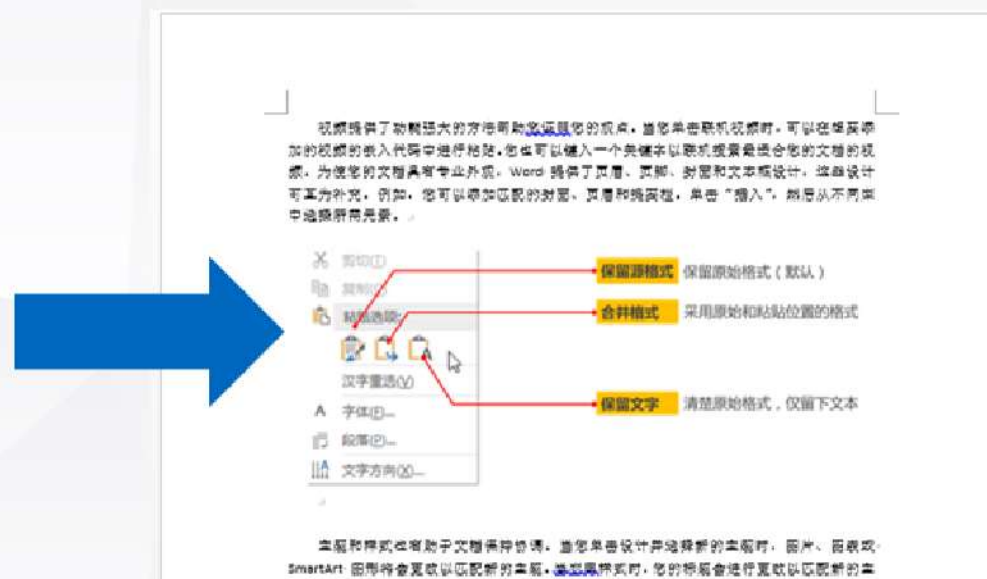


# 或者，只选取 PPT 页面中的一部分内容粘贴成图片

## 复制 PPT 页面里一部分内容



## Word 中粘贴成图片







粘贴成图片以后就改不了了~ 如果要修改数据怎么办呢?  
更多复制粘贴技巧, 待下一课分解 > >

# 本节作业：

百度搜索你感兴趣的内容，粘贴到 Word 文档中，  
对比各种粘贴选项的效果；



去搜一篇文章，试一下本课的方法吧。

## 更多互动

和秋叶一起学Word

《和秋叶一起学PPT》兄弟篇

秋叶<sup>®</sup>  
系列课程

晒微博：

晒的时候记得加上话题标签 **#和秋叶一起学Word#**，微博记得艾特课程老师 **@Kian\_阿建、@L喜欢吃甜食、@文剑武书生King、@秋叶**。

找答疑：

三种途径：本课程**云课堂讨论区/微博私信**课程老师/**QQ群**小窗答疑老师。

来投稿：

关注幻方秋叶PPT(微信号: **PPT100**)，回复“窝哥01”、“窝哥02”……，可以看到更多Word三分钟教程，也**欢迎投稿**，细节私信课程老师。