



和秋叶一起学 Word

—— 《和秋叶一起学PPT》兄弟篇 ——

第21课

又快又好打造专业范 Word文档

2

五步打造专业范Word文档（上）

从模仿开始，动手实操排出精美文档

回顾下专业范文档的五大特质



- 封面精美大气
- 目录专业整齐
- 段落层次清晰
- 图文布局合理
- 页眉简洁对称

《上海市城市总体规划(2016-2040)》草案



**为了更好地演示案例，
我们对文档进行一定的简化处理：**

**案例选取其中两章内容演示排版，
文档结构简化：封面、目录、前言、
第一章、第二章。**

抓紧时间，我们这就开始>>



学完这课，就能做出这样的效果~



和谐舒适的配色也是专业范文档必要条件

标题



R: 34
G: 120
B: 160

正文



R: 87
G: 88
B: 90

第一章



R: 34
G: 120
B: 160

第二章



R: 29
G: 144
B: 208

第三章



R: 113
G: 206
B: 225

第四章



R: 166
G: 206
B: 57

第五章



R: 243
G: 110
B: 33

第六章



R: 251
G: 176
B: 63

第七章



R: 53
G: 152
B: 71

第八章



R: 147
G: 43
B: 96



帮你整理好了，接下来都会用得上！

下面从封面开始，又好又快打造专业范Word文档



精美封面

段落层次

图文布局

目录美化

页眉页脚

封面特点：上下结构，一半留白一半色块，主体居中对齐



1、顶部橙色文字设置

Striving for the Excellent Global City
迈向卓越的全球城市



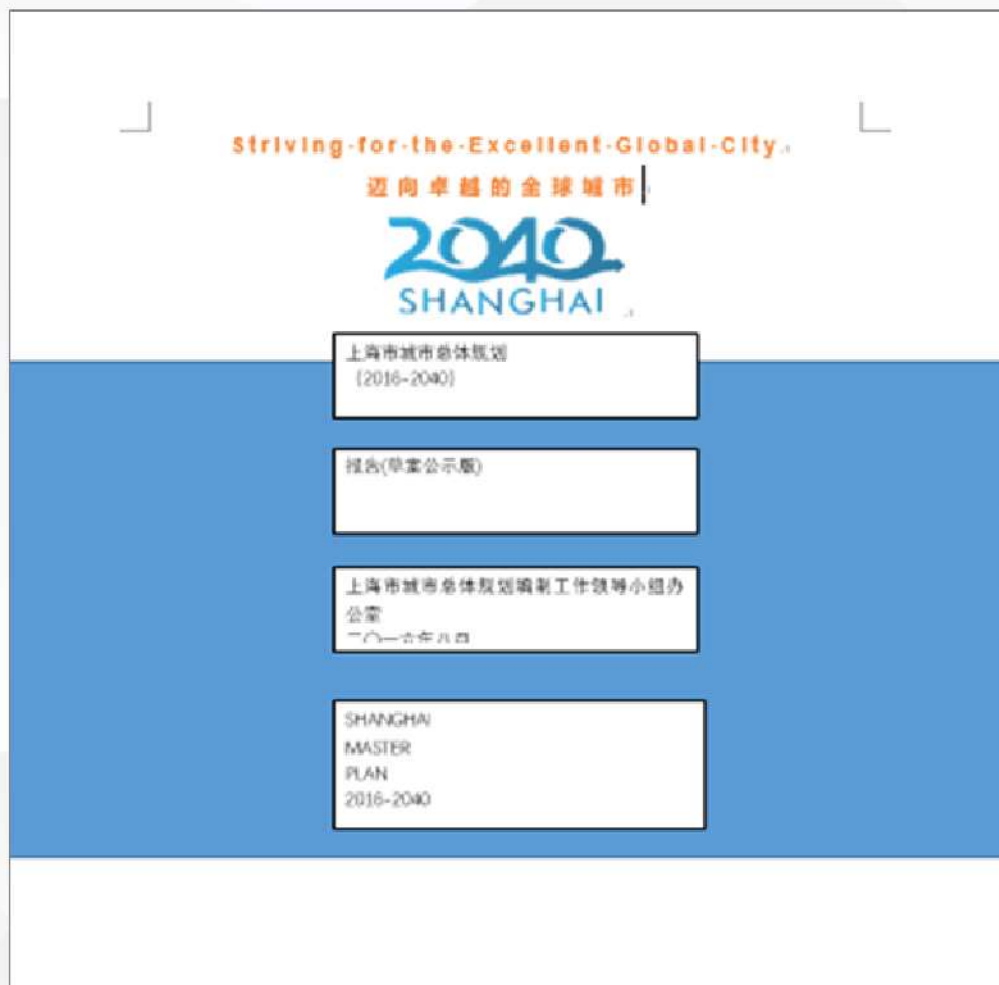
Striving for the Excellent Global City
迈向卓越的全球城市

录入文字后，设置颜色、字号，居中后将文字间距加宽。让整体间距增加，拉长横向空间，增加设计感。

打开字体设置对话框，进行细节设置



2、插入LOGO、蓝色色块及文字文本框



Word默认的样式总是简陋到让人嫌弃！

只有经过精心的调整设置，才能专业高大上！

2.1 调整形状



双击形状，弹出绘图工具选项卡，进行如下设置：

- 形状填充：深蓝色
- 形状轮廓：无
- 形状大小：高20厘米，宽 21厘米

并挪动到文档下方位置，左右居中。

2.2 在色块上方插入文本框



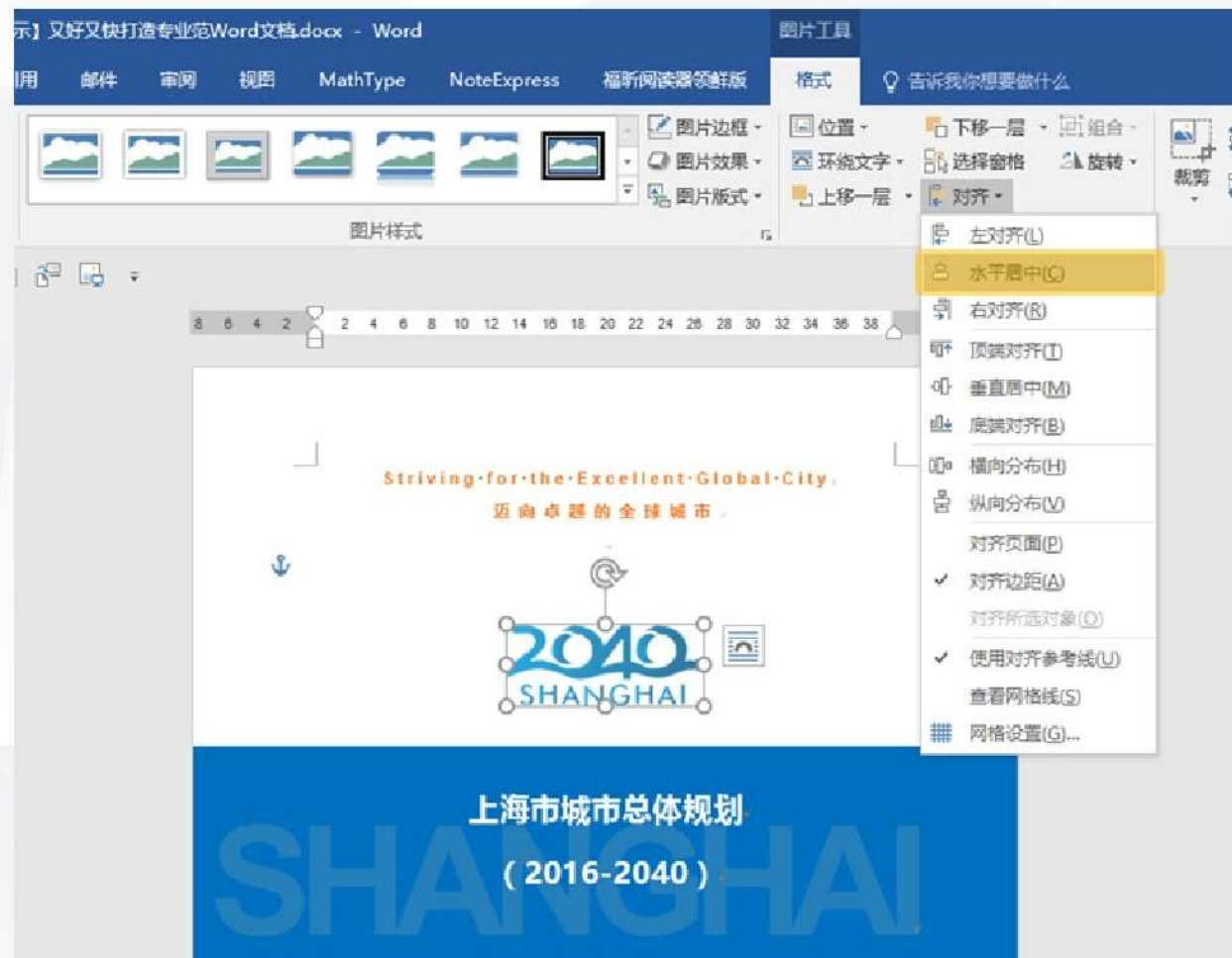
- ☑ 在蓝色色块上，插入文本框录入文字：
SHANGHAI
MASTER
PLAN
2016-2040
- ☑ 设置文本框形状填充及轮廓为无
- ☑ 调整字体、字号及颜色（参考RGB:37,127,186），使其基本与色块重合（如左图所示）

2.3 插入Logo图片及文本框



- ☑ 插入Logo图片，将其环绕方式改为浮于文字上方
- ☑ 如图插入三个文本框，去除边框及填充
- ☑ 参考字号分别为：小二、小二、小五
- ☑ 摆放位置基本如图所示，大功告成！

Q1：怎么实现浮动元素完全居中呢？



- ☑ 手动拖动，很难实现完全居中！
- ☑ 以图片为例，双击图片，在图片工具选项卡内，选择水平居中，即可保证元素基于页面对齐。
- ☑ 其他文本框类似操作。

Q2：文字后一按回车，文本框就跟着下移了，咋办？





**单击图片，将左上角的锚状图标挪动到首行即可
接下来的文本框和色块也需要分别进行相似的操作**

最后，按下快捷键 Ctrl+Enter，即可快速开启新页！





毕竟大多数人不是科班出身，想要制作一枚有格调的封面，还需要向好的作品学习借鉴，

借鉴好作品的方法时需要分析版面结构及Word实现的方法，做PPT设计也是同样的思路！

欣赏专业范的报告，学会拆解，掌握套路



自然资源保护协会

<http://www.nrdc.cn/>



世界银行集团

<http://www.worldbank.org/>



供水和卫生合作理事会

<http://wsscc.org/>



世界卫生组织

<http://www.who.int/zh/>

更多可以回顾第10课：如何做一个与众不同的封面？



接下来，我们设定样式，搞定段落层次！



精美封面



段落层次



登



图文布局



目录美化



页眉页脚

进入正文段落设置之前，我们先给目录留个坑位！

目录页先空出位置 ✓
插入分节符 (下一页) =====分节符(下一页)=====



Word可以自动生成目录，这里先留个位置，待有了正文再填充。
也请想一想这里为什么插入分节符而不是分页符换页？

1、页边距设置，调整版面留白



在布局选项卡，打开页面设置对话框，此处将默认下页边距改为 4 厘米，使下边距大于上边距。

2、为标题、正文设置样式

第二章

迈向卓越的 全球城市

STRIVING FOR
THE EXCELLENT
GLOBAL CITY

第一节 回顾和审视

一、历史与成就

上海在春秋战国时期已具有贸易活动的痕迹。北宋时期出现城市繁荣，南宋时已渐成繁荣都市。1843年开港通商后，上海迅速发展成为中国最大的城市，60年的辉煌，金融和工业中心，中西文明交汇之地，成为中国与世界经济的重要窗口。伴随新中国成立后经济体制的建立，建国后的上海更多承担起与全国城市体系的对接和全国经济和社会发展的服务，而上海城市的发展也由此由外向内而逐渐转变为内向型的生产城市。直至改革开放以后浦东新区建设开发为标志，上海再次开始国际化、国际化的发展道路，21世纪以来的人事、大设施、大建设、大发展，不断推动上海在国际化的上升通道中持续前进。



作为指导新世纪上海城市建设的纲领性文件，2001年国务院批准的《上海市城市总体规划（1998-2005）》曾明确提出上海建设“四个中心”和现代化国际大都市的战略目标，为应对世博会、虹桥枢纽、崇明建设等重大战略性建设的要求，2005年初2006年上海分别编制了城市近期建设规划，并与国民经济和社会发展规划、土地利用总体规划相衔接，实行上海城市圈发展充分发挥了城市圈规划引导和调控作用。推动城市功能不断拓展，产业结构持续优化，城市环境明显改善，人民生活质量持续提高，有力地促进了上海的绿色竞争力和国际地位不断提升。

经济建设和发展，上海经济总量和城市综合功能持续提升，经济结构不断优化，“四个中心”建设基础基本形成，现代化国际大都市的发展目标逐步实现。

城乡建设取得进展。虹桥商务区、世博园区、上海国际旅游度假区、虹桥地区、前滩地区、

分析可知，本文主要需要
设置三个样式，分别为：

一级标题（第二章）

二级标题（第一节）

三级标题（一、）

我的正文（灰黑色正文）



此处一级标题较为复杂，先直接套用，再在文中修改格式。

第二章

迈向卓越的 全球城市

STRIVING FOR
THE EXCELLENT
GLOBAL CITY



- ☑ 此处的一级标题直接套用内置的【标题 1】，仅起到标记段落层次的作用，便于提取目录。
- ☑ 后续直接在文中修改不同部分的不同颜色、字号、字体等，本文档一级标题数量较少，工作量也不会太大。

继续修改内置【标题2/3】样式并新建正文样式

2040
SHANGHAI 上海市城市总体规划（2016-2040）

第一节 回顾和审视

一、历程与成就

上海在春秋战国时期已有先贤活动的足迹，北宋初年出现城市聚落，南宋时已形成繁荣商市。1843 年开埠通商后，上海逐步发展成为中国最大的城市，远东的商贸、金融和工业中心，中西文明交汇之地，成为中国与国际对话的重要窗口。伴随着新中国政治经济体制的确立，建国后的上海更多地关注与全国城市体系的对接和对国内经济社会发展的服务，期间编制的历版总体规划也将上海由外向型商贸城市定位为面向国内的生产城市。直至改革开放后以浦东新区建设开发为标志，上海再次回到现代化、国际化的发展道路，21 世纪以来的大事件、大设施、大板块建设，不断推动上海在国际化的上升通道中持续前进。

AaBbCc

标题 3

标题3
修改指标

字体：雅黑+Arial
字号：小四+不加粗
颜色：选择内置蓝色
段前段后间距：0磅
行距：1.5倍

AaBb

标题 2

标题2
修改指标

字体：雅黑+Arial
字号：小二+加粗
颜色：RGB（34，120，160）
段前段后间距：自动
行距：1.5倍

AaBbCc

我的正文

新建
我的正文

基于：正文
字体：雅黑+Arial
字号：小四+不加粗
颜色：RGB(87,88,90)
首行缩进：2 字符
行距：多倍行距 1.25倍
段落间距：段前 0 行+段后 0.5 行
注意取消勾选“对齐到网格”



到底该如何新建/修改样式？

为什么要注意取消勾选“对齐到网格”？

如果不记得，快去翻翻以前的课程复习一下吧！

前言

老上海的记忆，是“十里洋场”的繁华喧嚣，是石库门闹闹的文化氛围，是香醇望平街的生活气息，是吴越文化与西洋文化交融碰撞的痕迹。如今上海的印象，是南京东路外滩的恢宏壮丽，是城市交通的便捷发达，是郊野公园的田园记忆，是前代的繁华与独特的市井气息和原真性的体现。

随着世界经济持续增长,核心城市向亚太本区转移以及中国逐步成长为世界经济新的增长极,中国有全面进入出口和加工贸易全球价值链的期待,而在不久前召开的第四届中国国际金融危机论坛和论坛上,国家工商总局副局长芮彦刚在致辞中,再次重申了“世界贸易中心国际经济新增长极”的战略定位。国家工商总局副局长芮彦刚在致辞中说,“世界贸易中心”的宗旨是,创造国家一流人才和先进文化品牌,培育不断发展的先进文化品牌,全面提升国家的科技和金融中心、贸易中心、金融中心、航空力、物流能力等,一个地区发展潜力的竞争实力的重要要素,从质量和文化生态建设和教育文化品牌的城市,而不久前召开的第四届中国国际金融危机论坛会议是。

2018 年 8 月 17 日, 有金矿一些更具活力的股票开始上涨。继新资源在大量抛售, 俄罗斯人, 才有这里汇回, 相关企业投资煤炭, 而新资源有股票扩张。上周参与全球经济合作有煤炭, 带动能力将全面提升, 影响力将全面提升。

2008 年的上海，将会是一座更具魅力的卓越人文之城。而世博会的精神将永远弘扬，使女性和世博更紧密地联系，使文化世博更璀璨地绽放。上海世博会将成为东西方文化与时空现代文化交融的磁力富源城市。

1945 年的土匪 將南園一度更名為「光明村」的村莊之域。這裏的交通十分偏僻，

第一节 定义

《上海市城市总体规划(2016-2040)》(简称“上海2040”)由上海市人民政府组织编制并经过国务院批准,是上海“1530”中“15”的重要组成部分,是上海城市发展的总纲,是编制和审批各类城市专项规划、详细规划的依据,是开展国土空间开发保护、实施国土空间治理和公共空间重塑的重要依据,是推进城市治理体系和治理能力现代化的重要基础。《上海市城市总体规划(2016-2040)》(简称“上海2040”)由上海市人民政府组织编制并经过国务院批准,是上海“1530”中“15”的重要组成部分,是上海城市发展的总纲,是编制和审批各类城市专项规划、详细规划的依据,是开展国土空间开发保护、实施国土空间治理和公共空间重塑的重要依据,是推进城市治理体系和治理能力现代化的重要基础。

*“上海‘90年代’的《中华人民共和国城市规划法》、《中华人民共和国土地管理法》。《上海市城市总体规划条例》等法律法规制定，全国首家《中共中央国务院关手进一步实行市和县自治管理体制工作的若干意见》，《国家城市空间战略规划（2014-2020年）》，《国家生态文明制度体系方案》和《长江三角洲城市群发展规划》按有关要求，更应牢固树立到上海市国民经济和社会发展第十三个五年规划期间，按照与国家战略相契合，对全市经济转型升级发展、土地利用现状以及资源要素配置等进行系统性的研究。”

“上海 7080 獨立派組織時期，圍繞 2040 年擬定空間功能安排，又突出江蘇等省的相關海關，做好好幾批‘十三五’編報工作；海洋安全等問題，突出島嶼國際人才村建設和長江航運，又突出國際航運，將‘2040 年’的編報上，權力組織與有全球視野的對外經濟中心，國際上海口與國際的金融城市；同時建立江蘇省與上海，突出江蘇省與上海等省，以共同推動上海上國際城市發展的發展目標。

“上海 2040”规划想影响海洋生态和海洋生物。根据陆海界限，必须严格划分，不得随意改变。希望想向上海市人民政府和规划院，规划实施过程中如监督和规划调整，后按《中华人民共和国城乡规划法》第一百七条规定开展规划工作。本规划由上海市城乡建设行政主管机构负责编制。

● 分 类 同 样 有 三 种 情 况

第一节 国际和电视

— 1998-1999

上海在春秋战国时期已有商业活动的记载。北宋时海上丝绸之路繁荣，南宋时已开成贸易城市。1949年解放后，上海逐步发展成为中国四大城市，也是世界著名。随着计划经济中心、中国资本主义文化、成为中国与国外联系的重要窗口。随着新中国成立后经济政策的变化，建国后的主要任务是从农业为主到全部城市经济，所以中国有资本主义发展是必然的，而计划制的经济体系也逐步向上而向外经济开放城市成为以国内生产为主，然后以国外贸易以国际经济活动发展为主，然后到1978年改革开放，国际经济政策调整，21世纪以来中国发展，交通、信息、科技等，上海成为上海地区经济活动与上海地区经济中心。



市乃按当时历史之上海城市建设的理性思考, 2003 年曾发表过论析《上海小城镇建设规划(1990-2020)》, 规划指出上海地区“应有一个中心、两个层次、三个梯队的城镇布局, 为上海发展服务、配带服务。规划强调要深入贯彻江总书记的要求, 2003 年和 2008 年上半年分别召开镇域中心镇建设研讨会, 并开展镇域中心镇建设规划竞赛。土地规划与镇域中心镇建设, 规划上海镇域规划是立足于城市圈层的结构和圈层内圈, 镇域中心镇是城市圈层、产业带的核心节点。城市圈层是圈层、人民生活的圈层建设, 镇域中心镇是上海镇域中心镇圈层建设的重要支撑和保障。”

經濟建設成效顯著。上海經濟發展和城市化綜合動能持續提升，經濟地位不斷強化，“百
年中心”建設取得重大突破，現代化國際大都市建設取得長足進展。

城市建成区、新建区、旧城区、工业区、商业区、居住区、文教区、行政办公区、仓储区、交通区、绿地、水域、其他。

这里的**前言**二字也属于一级标题，别忘了在文中直接修改格式哦~

(本案例对大部分一级标题有特殊格式的设置,故没有专门修改标题1样式)





样式的便捷之处：

- 一键套用，瞬间格式化文档，减少大量重复性操作；
- 为各级标题设置样式后，可以自动化生成目录。

完成进展

封面//分页符

目录页留空//分页符

前言//分节符（下一页）

下一个任务

第一章图文排版



完成



完成



**对照演示版文档，先自己想想怎么做吧！
下节课继续~**

更多互动

和秋叶一起学Word

《和秋叶一起学PPT》兄弟篇

秋叶[®]
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。