

**培训时间/地点:** 2025年10月29~30日(星期三~星期四)/上海

**收费标准:** ¥4000/人

- 含授课费、证书费、资料费、午餐费、茶点费、会务费、税费
- 不包含学员往返培训场地的交通费用、住宿费用, 早餐及晚餐

**课程收益:**

- **表格规范** 数据输入规范, 表格设计合理。
- **闪电完成** 鼠标随便拖拉几下, 10秒搞定各种数据分析。
- **精彩呈现** 提取信息, 一目了然, 图表展示, 动态交互呈现。

**参训对象:**

人事经理、销售经理、生产经理、财务经理、一般员工等需要大量使用 Excel 的各部门人员

**授课形式:**

知识讲解、案例分析讨论、角色演练、小组讨论、互动交流、游戏感悟、头脑风暴、强调学员参与。

**课程大纲:**

### 单元一【数据整理篇】 3小时 常用实用

**一键如飞, 极速操作, EXCEL 必备的绝杀技!**

**本章目标: 本单元重点讲高手的习惯, 讲思路, 讲数据整理, 建表规范, 表格美化, 快捷操作, 改变肉眼操作, 改变重复操作, 让 Excel 飞!**

- 高手习惯之一使用快捷操作 (案例: 上百万数据行中快速移动选择)
- 高手习惯之二熟悉菜单工具 (案例: 按年按月汇总, 拆分, Excel 功能块)
- 高手习惯之三换个思路解决 (案例: 用 Word 解决 Excel 问题, 新手高手的不同做法)
- 高手习惯之四避免肉眼干活 (案例: 两表快速核对, 删除重复值)
- 高手习惯之五避免重复操作 (案例: 快速删除表格中所有空行)
- 高手习惯之六功能灵活使用 (案例: 条件格式灵活应用)
- 高手习惯之七从根本上解决 (案例: 规范化建表, 不规范表格快速转换)
- 高手习惯之八使用不同方法 (案例: 汉字数字分开)
- 高手习惯之九借助工具干活 (案例: 几百个文件快速合并, 一键取消合并单元格)



**单元二【公式函数篇】 1 小时 常用实用****招招实用，步步快捷，Excel 函数处理相关的精华技巧！****本章目标：精中选精，让你轻松掌握 Excel 函数使用技巧，避免手工输入容易出错，函数操作不再难！**

- 对表格多个不连续单元格快速一键求和
- 使用连续几个快捷键复制新文件
- 快速锁定公式中单元格引用
- 使用名称快速跨表引用单元格区域
- IF 函数的简单用法
- 使用公式编辑器进行函数多层嵌套
- 查找引用函数 VLOOKUP 精确查找与大致匹配
- VLOOKUP 使用注意事项
- 利用 IFERROR 函数处理 VLOOKUP 中的错误
- 用函数快速进行条件汇总及条件计数 (SUMIF,COUNTIF,SUMIFS,COUNTIFS)

**单元三【数据分析篇】 1 小时 常用实用****简单，快速，全方位多角度，十秒解决复杂数据分析问题！****本章目标：详细介绍 EXCEL 最强大的武器——数据透视表，快速排序汇总筛选，瞬间拆分成几十个表，弹指间搞定数据分析！**

- 按职位进行排序（自定义排序）、多关键字进行排序
- 如何对表格进行多条件复杂筛选
- 对几百个城市快速进行汇总
- 如何快速显示明细如何防止查看明细
- 从各个角度快速深挖数据里的有用信息
- 如何在透视表中公式进行计算
- 几秒中找出各区域销量最好的前三名产品
- 如何按年按季按月按周进行汇总
- 如何按频率查看数据分布情况



- 如何一键快速拆分成几十个报表？（分页显示报表）
- 结合切片器动态多角度显示呈现图表

#### 单元四【图表呈现篇】 1 小时 常用实用

**高效分析，精彩呈现，用图表准确传递信息，制作一目了然的图表！**

**本章目标：根据您想传递的观点，精选合适的图表，直观呈现数据分析结果！**

- 如何设计表格标题传递精准观点
- 如何根据信息选择合适的图表类型
- 快速一键创建图表
- 图表如何表现更清晰易懂一目了然
- 图表美化的十个细节
- 专业报告主要有哪些图表
- 双坐标轴图表的使用（两轴线图的使用）
- 将 EXCEL 表格复制到 PPT 中
- 图表的创意化表达

#### 单元五【表格美化篇】 1 小时 进阶提高

**专家设计，成就经典，快速整理表格，分分钟打造精致表格，表格中的视觉盛宴！**

**本章目标：针对需要呈现或打印的报表，快速更改格式样式主题，设计简洁美观专业规范效率安全的表格。**

- 利用表格样式批量设置单元格
- 为几十个表快速设置格式
- 自定义格式的奥妙
- 设计直观美观效率规范安全的专业表格
- 数据表格美化技巧
- 使用主题对颜色进行管理
- 对表格进行锁定防止修改
- 隐藏公式不允许别人查看
- 微软官方专家设计模板分析



**单元六【嵌套函数篇】 1.5 小时 进阶提高**

**快速计算，操作神奇，跨行跨列填充公式就在一瞬间！**

**本章目标：理解嵌套函数，实现多行多列同时设置函数，避免大量重复输入！**

- 常见时间日期函数
- 文本函数 LEN, LEFT, RIGHT, MID, TEXT
- 使用 INDEX 函数
- MATCH 函数使用
- INDEX+MATCH 综合应用
- VLOOKUP 与 MATCH 嵌套快速多列查找
- HLOOKUP、LOOKUP 函数介绍
- 使用 INDIRECT 函数制作多级列表
- VLOOKUP 函数与 INDIRECT 函数实现跨表查询
- 公式函数快速排错技巧

**单元七【动态数据篇】 2 小时 进阶提高**

**简单设置，动态呈现，自动更新，一劳永逸，交互式呈现报表，显示更直观！**

**本章目标：介绍函数，控件，实现人机交互，动态呈现数据报表！**

- 表格套用格式实现动态区域
- 使用 OFFSET 函数获取动态范围
- 使用 INDEX 函数获取动态范围
- 使用 IF 函数获取动态范围
- 使用 VLOOKUP 函数结合超级表获取动态范围
- 编辑函数每个月数据扩展无需重复操作
- 创建动态范围透视表
- 利用控件实现动态图表

**单元八【高效操作篇】 1 小时 进阶提高**

**一键操作，秒秒钟解决重复操作问题，弹指间完成数据分析！**



**本章目标：介绍宏的使用，让 EXCEL 繁杂的操作步骤变成一步生成！**

- 用宏避免重复的操作
- 录制第一个宏
- 为宏设置快捷键
- 制作宏按钮
- 在当前文件中使用宏
- 跨文件使用录制的宏
- 删除修改当前文件中的宏或个人宏工作簿中的宏
- 禁用启用宏 宏的缺点
- VBA 入门简介

### 单元九【AI 智能篇】 0.5 小时 进阶提高

**动动嘴皮，复制粘贴，利用当前最火最尖端的技术，用指令完成你的工作！**

**本章目标：介绍 EXCEL AI 的使用，介绍 ChatGPT 在 EXCEL 中的应用！**

- Excel AI, ChatGPT, 必应的常用知识
- 使用 AI 实现表格整理
- 使用 AI 搞定各种公式
- 让 AI 帮我解释公式
- 让 AI 帮我修改错误公式
- 使用指令实现一行转多列
- 使用指令一句话创建几百个表格
- 使用指令完成 EXCEL 控制 PPT
- 使用指令快速整理表格
- 一句话制作动态倒计时效果

——【整体答疑，总结提高】——

课堂有配套练习，课后有详细操作笔记



**讲师介绍：彭老师**

- 微软认证 Office 应用大师
- 北京石油化工学院指定 Office 讲师
- 《PPT 职场/商务应用》专业讲师
- 《Excel 高级数据处理》专业讲师
- 《不加班早下班的创意 Excel 玩法》作者
- 上海 Office 专项能力考试命题专家

**实践/学术背景：**

先后就职于国内多家著名的 Office 培训机构、金牌讲师，有非常丰富的 EXCEL 培训/商 PPT 商务应用经验和实战经验。

多年以来一直专注企业 Office 培训，对企业 Office 培训有独到的见解，自主开发的 Office 课程体系、结合企业实际应用的“案例式教学法”。**13 年**以上授课经验、累积授课时间 **10000** 小时以上，服务过世界五百强企业 **60** 家以上。培训风格生动幽默，深入浅出，深受学员喜爱。

**课程特点：****1. 专业：**

严谨的工作作风，认真负责的教学态度，久经考验的专业技术，同时非常注重对学员的启发诱导，循序渐进。

**2. 实用：**

根据企业实际特点，精心筛选培训内容，有针对性制定培训课件，涵盖人力资源、市场营销、财务管理、行政文秘，仓储物流各个部门，有效改善职场人士的办公效率，提高企业的市场竞争力、学员的职场竞争力。

**3. 易懂：**

大量精彩的实际案例，分步操作讲解得清晰易懂，演示方法演练得透彻明白。可操作性强，费时少，见效快。学而能用并且灵活巧用。

**4. 趣味：**

课程精心设计，趣味搞笑，让枯燥的技术课程生动起来，让学员在良好的学习气氛中轻松学习。



## 5. 服务:

课程结束后持续为企业学员服务, 及时帮助学员解决实际工作中遇到的问题。

### 主讲方向:

- 《弹指一挥间——10 秒完成数据分析》
- 《震撼全场时——工作型 PPT 深度策划》
- 《功到自然成——Excel VBA 高效办公》
- 《更上一层楼——从 Excel 到 Power BI 商务智能》

### 部分服务客户:

**外企:** 可口可乐 (中国) 公司、法国施耐德电气, 美国嘉吉 (中国) 投资公司、拜耳, 德国舍弗勒、德国采埃孚伦福德, 美国 3M 公司、惠普、西门子、施耐德电器、康乐保 (中国) 有限公司, 三星, 三星道达尔, ISUZU, TDK 东电化 (上海) 国际贸易有限公司, TDK (苏州) 阿特拉斯·科普柯, 江森自控有限公司, 路易威登, 米其林, 通用集团, 劳力领机械制造, 安德烈斯蒂尔, 伟创力电子技术 (苏州) 有限公司, 康明斯, 科世达, 通芯微电子, 不二越, 川崎, 霍尼韦尔 (苏州), 景致电子, 丰田, 阿克苏诺贝尔

**银行资产:** 交通银行、汇丰银行, 农业银行海口分行, 上海浦东发展银行、平安银行、深圳发展银行、星展银行, 成都兴业银行, 进出口银行, 平安资产, 信达资产, 光大银行, 花旗银行, 易方达资产, 托克资产

**通讯:** 上海移动, 广州移动, 深圳移动, 中山移动, 武汉移动, 番禺电信, 揭阳电信, 江门电信, 阳江电信, 汕头电信, 海珠电信, 白云电信, 上海电信, 珠海电信, 泉州电信, 中通服, 南方规划设计院, 公诚管理, 邮电储蓄, 郑州中讯设计院, 奥星光通讯, 广东电信规划设计院

**高等院校:** 上海交大, 广东邮电职业技术学院, 北京石油化工学院, 上海东华大学, 南京化工技术学院

**人才中介:** 保圣那人才, 肯耐珂萨, 环球人力资源智库, 吴江人力资源, 上海外商投资协会, 伯乐会

**医药:** 国药控股, 国药大学, 国药物流, 恒瑞医药, 海正辉瑞

**其他:** 阿里巴巴, 衡水老白干, 上海烟草, 广州烟草, 长沙烟草, 首都机场, 香港驻成都办事处, 云梧高速管理中心, 广贺高速管理中心, 东北电力设计院, 中建投科技广西分公司, DHL, 上海聚龙加油站管理, 上海老庙黄金, 天津松尾贸易, 国家电网, 中国南方电网, 东莞常平粤海水务, 梅州粤海水务, 郑州人寿保险, 桐乡振石集团, 合肥时代新媒体, 株州中国中车, 青岛中国中车, 常州中国中车, 南京中国中车, 中国铁塔, 宁波万华, 交大南洋, 海澜之家

