

学电脑从入门到精通

精品图书 + 多媒体演示 + 超值赠品 = 您的最佳选择!

入门→提高→精通→实战, 助您从新手变成高手!

九州书源
简超 羊清忠 等编著

中文版 Windows 7

从入门到精通



赠超值DVD

专为本书开发的15小时多媒体教学演示

特别收录的本书所需的素材及源文件

盘中免费赠送超值大礼包:

- 电脑技巧12000例查询软件
- 15小时《Windows Vista操作系统》多媒体教学演示
- 15小时《Word/Excel应用》多媒体教学演示
- 15小时《电脑选购/组装/维护/故障排除》多媒体教学演示

清华大学出版社



学电脑从入门到精通

中文版 Windows 7 从入门到精通

九州书源

简 超 羊清忠 等编著

清华大学出版社

北 京

内 容 简 介

本书以最新版本的 Windows 7 操作系统为基础,全面介绍了 Windows 7 桌面组成元素与个性化设置、管理与使用电脑中的资源、系统内置的附件与多媒体应用、网络应用与资源共享、系统的安全与优化等 5 个方面的相关知识。为详细地介绍这些知识,全书共分为 3 篇,入门篇介绍了 Windows 7 的基本操作、个性化设置、管理文件与文件夹、软件的添加与管理、管理与使用硬件、账户管理以及 Windows 7 的实用附件;提高篇介绍了多媒体娱乐与休闲、网络配置与应用、Internet 网上冲浪、使用 Windows Live 服务、使用家庭组共享资源以及电源、内存和硬盘管理;精通篇介绍了 Windows 7 的文件系统、Windows 7 的安装与备份、Windows 7 的系统安全、Windows 7 的维护与优化以及数据备份与故障修复。

本书内容丰富实用,讲解循序渐进。每章都安排有丰富的应用实例、练习实例和知识问答,在书中每一页的下方,我们还提供了与所讲解知识相关的操作技巧、注意事项和经验之谈,以尽可能多地解决学习中的疑问,满足不同学习阶段的读者对学习内容的不同需求。

本书适合作为各个不同层次的电脑用户,包括电脑初学者和对电脑熟悉但不熟悉 Windows 7 操作系统的用户的自学用书,也可作为电脑培训班、学校讲解中文版 Windows 7 操作系统的教学用书。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

中文版 Windows 7 从入门到精通/简超,羊清忠等编著. —北京:清华大学出版社,2010.11
(学电脑从入门到精通)

ISBN 978-7-302-22839-4

I. ①中… II. ①简… ②羊… III. ①窗口软件, Windows 7 IV. ①TP316.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 097113 号

责任编辑:朱英彪 李晓辉

版式设计:王世月

责任校对:王 云

责任印制:何 芊

出版发行:清华大学出版社

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座

<http://www.tup.com.cn>

邮 编:100084

社 总 机:010-62770175

邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 刷 者:北京富博印刷有限公司

装 订 者:北京市密云县京文制本装订厂

经 销:全国新华书店

开 本:190×260 印 张:29 插 页:1 字 数:706 千字

(附 DVD 光盘 1 张)

版 次:2010 年 11 月第 1 版 印 次:2010 年 11 月第 1 次印刷

印 数:1~7000

定 价:49.80 元

产品编号:036745-01



前言

先讲讲这套书的故事吧！

“学电脑从入门到精通”系列图书的第1版自2008年出版以来，以其科学的知识分布、翔实丰富的图书内容、清新的阅读环境，受到广大读者的热烈欢迎，曾在全国各大书店畅销一时，不同层次、不同年龄段的读者通过这套书学习并掌握了电脑的相关技能，给他们的工作和生活带来了希望与乐趣。

在读者的来信中，有的读者反映一些知识落后了，希望我们能推出新的版本，有的读者希望能增加网上开店、黑客攻防等新的内容。为了满足广大读者的需求，我们对“学电脑从入门到精通”系列图书进行了全新改版和内容更新，并增加了新的、流行的图书品种，内容上更加贴近读者。因此，不管您所处哪个层次、哪个年龄段，只要您还不会使用电脑，而且希望学到的东西不仅仅是“皮毛”，那么本套书一定可以帮您实现这个愿望。

这本书为谁而写？

如果您想轻松学习最实用的电脑操作知识，您应该选择这本书。《中文版 Windows 7 从入门到精通》适合各个年龄层次的读者，因为它是一本相对较基础的关于 Windows 7 操作系统的书籍，侧重于知识的实用性与广泛性。如果您是追求个性化的 90 后，选择它可以让自己的电脑操作系统更加炫目；如果您是 80 后，选择它可以帮助您快速学会最新版的 Windows 7 操作系统的各项应用；如果您是 70 后，选择它可以为您解决实实在在的问题；如果您是 60 后，选择它可以不用担心电脑操作复杂，这本书讲解实用，可以使您顺利学会各项操作。

本书的特点有哪些？

本书经过我们精心策划和编写，主要有以下一些特色。

◆ 科学的知识分布

本书内容按照入门篇、提高篇和精通篇进行划分，将知识点根据读者学习的难易程度，以及在实际工作中应用的轻重顺序来安排，真正为读者的学习考虑，也让不同读者能在学习的过程中有针对性地选择学习内容。如果我们把学电脑的整个过程比作三级阶梯，那每一篇就是一级阶梯，学习完一篇就能达到该阶梯所对应的高度。

◆ 清新的阅读环境



本书立足于实用性，并不像传统的教科书那样语言枯燥、无味，理论知识和实例效果生硬、无实际使用价值，而是深入考虑读者的实际需求，将内容版式设计得清新、典雅，内容实用，就像一位贴心的朋友、老师在您面前将枯燥的电脑知识娓娓道来。

◆ 专业的知识体现

为了体现本书的专业性和实用性,书中特别在每页的底部以灰色底纹隔开一段区域,在“入门篇”、“提高篇”、“精通篇”中分别设置“行家提醒”、“专家指导”、“精讲笔录”等板块,对正文知识进行补充与提升。

◆ 光盘视频教学

本书配有多媒体教学光盘,收集了书中的所有实例素材和效果文件,并采用互动式多媒体教学,针对学习进度精心录制了大量的视频讲解,覆盖全书所有知识点,使读者快速学会相关操作。

03 本书讲些什么?

本书分为3篇、共18章,主要内容介绍如下。

- ◆ **入门篇(1~7章, Windows 7 的基础操作)**: 主要讲解如何操作 Windows 7 和一些简单的设置与管理。包括启动和退出 Windows 7、Windows 7 的组成元素及其使用、设置个性化的使用环境、管理文件与文件夹、管理和使用软硬件、管理 Windows 7 的账户以及学习使用 Windows 7 自带的附件。
- ◆ **提高篇(8~13章, Windows 7 的进阶应用)**: 主要讲解配置网络、上网操作、共享资源以及使用 Windows 7 的多媒体中心和管理电源、内存、磁盘等。包括多媒体娱乐与休闲、网络配置与应用、Internet 网上冲浪、使用 Windows Live 服务、使用家庭组共享资源以及电源、内存和硬盘管理等方面的知识。
- ◆ **精通篇(14~18章, Windows 7 的安全与维护)**: 主要讲解电脑中数据信息的安全、系统的安全与维护以及优化系统和故障排除等知识。包括 Windows 7 的文件系统、Windows 7 的安装与备份、Windows 7 的系统安全、Windows 7 的维护与优化、数据备份与故障修复等。

03 本书的创作团队?

我们创作本书的宗旨是保证每个知识点都能让读者学有所用,鉴于这个宗旨,参与本书编写的人员在电脑书籍的编写方面都有较高的造诣。他们是简超、羊清忠、任亚炫、丛威、范晶晶、唐青、陈晓颖、陆小平、李显进、赵云、杨颖、张永雄、李伟、余洪、袁松涛、杨明宇、牟俊、宋玉霞、宋晓均、向利、徐云江、张笑、赵华君、刘凡馨、常开忠、骆源、陈良。在创作本书的过程中,他们花费了大量心血,在此表示感谢。虽然对于本书我们已尽可能做到更好,但其中仍可能有疏漏和不足之处,欢迎读者朋友不吝赐教。

03 怎么解答学习的疑惑?

如果您在学习的过程中遇到困难或疑惑,可以联系我们,我们会尽快为您解答。我们的联系方式是QQ群:122144955;E-mail:book@jzbooks.com,网址:<http://www.jzbooks.com>。



目 录

入门篇

第1章 Windows 7 的基本操作..... 3

1.1 初步了解 Windows 7..... 4

1.1.1 硬件性能需求低..... 4

1.1.2 安全、可靠且响应快速..... 4

1.1.3 应用程序和硬件设备兼容性强..... 4

1.1.4 增加多点触控功能..... 4

1.1.5 界面直观丰富..... 4

1.1.6 笔记本电脑的电池使用时间更长..... 5

1.2 Windows 7 的启动与退出..... 5

1.2.1 开机启动 Windows 7..... 5

1.2.2 关机退出 Windows 7..... 6

1.2.3 进入睡眠与重新启动..... 6

1.3 Windows 7 的桌面及其组成 部分..... 7

1.3.1 认识 Windows 7 的桌面..... 7

1.3.2 桌面图标..... 8

1.3.3 桌面背景..... 10

1.3.4 任务栏..... 10

1.4 使用“开始”菜单..... 11

1.4.1 认识“开始”菜单..... 11

1.4.2 使用“所有程序”菜单..... 11

1.4.3 使用搜索框..... 12

1.4.4 使用系统控制区..... 13

1.5 Windows 7 中的对话框..... 13

1.6 操作窗口..... 14

1.6.1 打开窗口..... 14

1.6.2 认识窗口的组成..... 14

1.6.3 关闭窗口..... 17

1.6.4 移动窗口..... 18

1.6.5 改变窗口大小..... 18

1.6.6 排列窗口..... 20

1.6.7 多窗口预览和切换..... 21

1.7 使用帮助和支持中心..... 24

1.7.1 选择帮助主题..... 24

1.7.2 快速搜索帮助信息..... 25

1.8 基础实例..... 26

1.8.1 进入 Windows 7 并管理桌面窗口..... 26

1.8.2 搜索“睡眠”功能的帮助信息..... 28

1.9 基础练习..... 30

1.9.1 搜索“Excel 2003”并创建快捷
图标..... 30

1.9.2 添加系统图标并预览切换窗口..... 31

知识问答..... 31

知识关联..... 32

第2章 个性化设置..... 33

2.1 视觉效果和声音的设置..... 34

2.1.1 设置桌面图标..... 34

2.1.2 设置桌面背景..... 35

2.1.3 设置窗口颜色和外观..... 36

2.1.4 设置系统声音..... 37

2.1.5 设置屏幕保护程序..... 37

2.1.6 保存主题..... 38

2.1.7 删除主题..... 39

2.1.8 更改显示设置..... 39

2.2 自定义任务栏和“开始”菜单..... 42

2.2.1 调整任务栏的位置..... 42

2.2.2 设置任务栏的外观属性.....	42	3.3.6 删除文件或文件夹.....	71
2.2.3 自定义任务栏通知图标.....	43	3.3.7 搜索文件或文件夹.....	72
2.2.4 添加工具栏.....	45	3.4 文件与文件夹的设置.....	73
2.2.5 设置“开始”菜单.....	45	3.4.1 设置文件与文件夹的属性.....	73
2.3 设置鼠标和键盘.....	46	3.4.2 显示隐藏的文件或文件夹.....	74
2.3.1 设置鼠标.....	46	3.4.3 设置个性化的文件夹图标.....	75
2.3.2 设置键盘.....	48	3.5 管理回收站.....	76
2.4 设置日期和时间.....	48	3.5.1 彻底删除文件.....	76
2.4.1 设置系统日期和时间.....	48	3.5.2 还原文件.....	76
2.4.2 添加附加时钟.....	50	3.6 基础实例.....	77
2.5 管理 Windows 7 的桌面小工具.....	51	3.6.1 搜索新建的文件夹.....	77
2.5.1 在桌面上添加小工具.....	51	3.6.2 设置新建的文件夹.....	79
2.5.2 设置小工具.....	51	3.7 基础练习.....	81
2.5.3 联机获取更多小工具.....	52	3.7.1 管理文件.....	82
2.5.4 关闭小工具.....	53	3.7.2 设置文件属性并删除文件.....	82
2.6 基础实例.....	53	知识问答.....	83
2.6.1 设置桌面外观.....	54	知识关联.....	84
2.6.2 添加和查看附加时钟.....	56		
2.7 基础练习.....	58	第4章 软件的添加与管理.....	85
2.7.1 设置并保存主题.....	58	4.1 软件的安装.....	86
2.7.2 设置鼠标样式和双击速度.....	59	4.1.1 安装软件前的准备.....	86
知识问答.....	59	4.1.2 安装软件.....	87
知识关联.....	60	4.1.3 修复安装软件.....	89
第3章 管理文件与文件夹.....	61	4.2 管理安装的软件.....	90
3.1 认识磁盘、文件与文件夹.....	62	4.2.1 使用不兼容的软件.....	90
3.1.1 什么是磁盘.....	62	4.2.2 查看和卸载已经安装的软件.....	92
3.1.2 文件与文件夹.....	62	4.3 管理默认程序.....	94
3.1.3 磁盘、文件与文件夹之间的关系.....	63	4.3.1 设置默认程序.....	94
3.2 查看电脑中的资源.....	63	4.3.2 设置文件关联.....	96
3.2.1 通过窗口工作区查看.....	64	4.3.3 设置自动播放.....	97
3.2.2 通过地址栏查看.....	65	4.4 打开或关闭 Windows 7 功能.....	97
3.2.3 通过文件夹窗格查看.....	65	4.4.1 打开 Windows 7 功能.....	97
3.3 文件与文件夹的基本操作.....	66	4.4.2 关闭 Windows 7 功能.....	98
3.3.1 设置文件与文件夹显示方式.....	66	4.5 添加和设置输入法.....	99
3.3.2 新建文件与文件夹.....	67	4.5.1 添加和删除输入法.....	99
3.3.3 选择文件与文件夹.....	68	4.5.2 设置默认输入法.....	100
3.3.4 重命名文件或文件夹.....	70	4.6 基础实例.....	100
3.3.5 移动和复制文件或文件夹.....	70	4.6.1 安装和查看瑞星杀毒软件.....	101
		4.6.2 添加并设置输入法.....	103



4.7 基础练习	105	6.3.1 注销当前账户	134
知识问答	105	6.3.2 切换用户	135
知识关联	106	6.3.3 锁定用户账户	135
第5章 管理与使用硬件	107	6.4 使用家长控制	135
5.1 了解硬件设备	108	6.4.1 启用家长控制	135
5.1.1 即插即用型硬件	108	6.4.2 设置家长控制的内容	136
5.1.2 非即插即用型硬件	108	6.5 基础实例	138
5.2 查看和管理硬件设备	109	6.5.1 创建并设置标准账户	138
5.2.1 查看硬件属性	109	6.5.2 设置家长控制	141
5.2.2 禁用或启用硬件设备	109	6.6 基础练习	142
5.3 认识驱动程序	110	知识问答	143
5.3.1 什么是驱动程序	110	知识关联	144
5.3.2 驱动程序的特点	111	第7章 Windows 7 的实用附件	145
5.3.3 驱动程序签名是什么	112	7.1 写字板	146
5.3.4 安装与更新驱动程序	112	7.1.1 写字板的操作界面	146
5.4 使用硬件设备	113	7.1.2 在写字板中输入文字	147
5.4.1 安装U盘	113	7.1.3 文档的编辑	149
5.4.2 使用U盘传输文件	114	7.1.4 插入对象	151
5.4.3 安装打印机	115	7.1.5 设置文档格式	152
5.4.4 管理打印机	117	7.1.6 文档的保存与打开	154
5.4.5 使用打印机打印文件	118	7.2 便签	155
5.5 卸载硬件设备	119	7.3 画图程序	156
5.5.1 卸载即插即用硬件设备	119	7.3.1 认识画图程序的界面	156
5.5.2 卸载非即插即用硬件设备	119	7.3.2 绘制图形	157
5.6 基础实例	120	7.3.3 编辑图形	159
5.7 基础练习	123	7.3.4 图形的保存	162
知识问答	123	7.4 使用计算器	163
知识关联	124	7.4.1 标准型计算器	163
第6章 账户管理	125	7.4.2 科学型计算器	163
6.1 了解 Windows 账户	126	7.5 截图工具	164
6.2 账户的创建与管理	126	7.5.1 任意截图	164
6.2.1 创建新用户账户	126	7.5.2 窗口截图	165
6.2.2 更改账户类型	127	7.6 使用轻松访问中心	166
6.2.3 创建、更改或删除密码	128	7.6.1 放大镜	166
6.2.4 设置账户名称和头像	130	7.6.2 讲述人	168
6.2.5 启用或禁用账户	132	7.6.3 屏幕键盘	168
6.2.6 删除用户账户	133	7.7 基础实例	169
6.3 退出与登录账户	134	7.7.1 使用“写字板”编辑诗歌	169





7.7.2 使用“画图”绘制图形.....	171	7.8.2 使用“画图”程序编辑、绘制图形.....	176
7.8 基础练习.....	175	知识问答.....	177
7.8.1 编辑并保存文档.....	175	知识关联.....	178

提高篇

第8章 多媒体娱乐与休闲.....	181	9.1.1 认识网络与共享中心.....	210
8.1 使用 Windows Media Player	182	9.1.2 认识网络和网络映射.....	210
8.1.1 认识 Windows Media Player	182	9.2 配置局域网.....	211
8.1.2 切换窗口显示模式.....	183	9.2.1 连接局域网.....	211
8.1.3 播放媒体文件.....	183	9.2.2 配置 TCP/IP 协议.....	213
8.1.4 使用媒体库.....	186	9.3 共享资源.....	214
8.1.5 管理媒体文件.....	189	9.3.1 高级共享设置.....	215
8.2 使用 Windows Media Center.....	191	9.3.2 共享文件夹.....	215
8.2.1 进入 Windows Media Center.....	191	9.3.3 共享打印机.....	216
8.2.2 播放音乐.....	193	9.3.4 映射网络驱动器.....	218
8.2.3 图片浏览.....	194	9.4 网络连接配置.....	219
8.2.4 播放 DVD 光盘.....	195	9.4.1 接入 Internet.....	219
8.2.5 设置 Windows Media Center.....	196	9.4.2 设置网络位置.....	221
8.3 使用 Windows DVD Maker.....	197	9.4.3 网络故障诊断和恢复.....	221
8.3.1 刻录视频.....	197	9.5 远程协助与远程桌面.....	222
8.3.2 刻录图片.....	199	9.5.1 远程协助.....	222
8.4 轻松玩游戏.....	200	9.5.2 远程桌面连接.....	226
8.4.1 启用游戏功能.....	200	9.6 提高实例.....	227
8.4.2 Mahjong Titans 游戏.....	201	9.6.1 配置局域网并设置共享文件夹.....	227
8.4.3 Purple Place 游戏.....	202	9.6.2 利用网络打印机打印文件.....	229
8.4.4 扫雷游戏.....	203	9.7 提高练习.....	230
8.5 提高实例.....	204	9.7.1 映射网络驱动器.....	231
8.6 提高练习.....	206	9.7.2 登录远程桌面并取消文件共享.....	231
8.6.1 通过 Windows Media Center		知识问答.....	232
浏览图片.....	206	知识关联.....	232
8.6.2 使用 Windows DVD Maker 刻录图片.....	207		
知识问答.....	208	第10章 Internet 网上冲浪.....	233
知识关联.....	208	10.1 Internet 基础知识.....	234
第9章 网络配置与应用.....	209	10.1.1 Internet 简介.....	234
9.1 初识局域网.....	210	10.1.2 Internet 中的常用术语.....	235
		10.2 认识 Internet Explorer 8.0.....	235



10.3 使用 IE 浏览器.....	238	11.3.3 管理联系人.....	267
10.3.1 打开网页.....	238	11.3.4 使用 Windows Live Mail 日历.....	270
10.3.2 浏览网页内容.....	238	11.4 使用 Windows Live 照片库.....	271
10.3.3 保存网页.....	239	11.4.1 浏览照片.....	271
10.3.4 搜索信息.....	240	11.4.2 添加数码照片.....	272
10.3.5 下载文件.....	241	11.4.3 对照片进行简单处理.....	274
10.3.6 收藏喜欢的网站.....	243	11.5 提高实例.....	277
10.3.7 查看历史记录.....	243	11.5.1 设置 Windows Live Messenger.....	277
10.4 设置 IE 浏览器.....	244	11.5.2 发送新建活动给联系人.....	280
10.4.1 设置浏览器的主页.....	244	11.6 提高练习.....	281
10.4.2 清除临时文件和历史记录.....	245	11.6.1 处理“鲜花”照片.....	281
10.5 收发电子邮件.....	245	11.6.2 上传照片并邀请联系人欣赏.....	282
10.5.1 注册电子邮箱.....	245	知识问答.....	283
10.5.2 收发电子邮件.....	247	知识关联.....	284
10.5.3 删除电子邮件.....	248	第 12 章 使用家庭组共享资源.....	285
10.6 提高实例.....	249	12.1 组建家庭组.....	286
10.6.1 搜索并下载 QQ.....	249	12.1.1 家庭组概述.....	286
10.6.2 设置主页和删除历史记录.....	251	12.1.2 创建家庭组.....	286
10.7 提高练习.....	252	12.1.3 加入家庭组.....	287
10.7.1 搜索下载“迅雷”下载工具.....	252	12.2 查看和更改家庭组设置.....	289
10.7.2 申请 126 邮箱并向朋友发送邮件.....	253	12.2.1 更改共享项目.....	289
知识问答.....	254	12.2.2 查看或更改家庭组密码.....	289
知识关联.....	254	12.3 通过家庭组访问共享资源.....	291
第 11 章 使用 Windows Live 服务.....	255	12.3.1 访问共享文件.....	291
11.1 认识 Windows Live.....	256	12.3.2 允许访问媒体库.....	292
11.1.1 什么是 Windows Live 服务.....	256	12.4 退出家庭组.....	293
11.1.2 安装 Windows Live 服务.....	256	12.5 提高实例.....	294
11.2 使用 Windows Live Messenger.....	258	12.6 提高练习.....	296
11.2.1 登录 Windows Live Messenger.....	258	12.6.1 使用本机其他账户加入家庭组.....	296
11.2.2 设置 Windows Live Messenger.....	259	12.6.2 在家庭组中访问共享资源.....	297
11.2.3 添加联系人.....	260	知识问答.....	298
11.2.4 删除联系人.....	261	知识关联.....	298
11.2.5 与联系人进行交流.....	262	第 13 章 电源、内存和硬盘管理.....	299
11.2.6 文件传递.....	262	13.1 电源管理.....	300
11.3 使用 Windows Live Mail.....	264	13.1.1 电源管理简介.....	300
11.3.1 创建电子邮件账户.....	264	13.1.2 新的关机方式.....	301
11.3.2 收发电子邮件.....	265	13.1.3 使用不同的电源计划.....	302
		13.1.4 电源管理常见问题.....	306





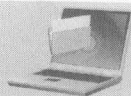
13.2 内存管理.....	306	13.3.5 硬盘维护注意事项.....	315
13.2.1 查看内存容量.....	306	13.4 提高实例.....	316
13.2.2 查看和释放内存.....	307	13.4.1 创建电源计划.....	316
13.2.3 解决内存不足的问题.....	308	13.4.2 删除硬盘分区.....	317
13.2.4 诊断电脑内存问题.....	308	13.5 提高练习.....	318
13.3 硬盘管理.....	309	13.5.1 设置电源按钮作用和还原电源计划.....	318
13.3.1 硬盘简介.....	309	13.5.2 压缩并创建硬盘分区.....	319
13.3.2 分区的含义.....	310	知识问答.....	319
13.3.3 创建、压缩和删除硬盘分区.....	311	知识关联.....	320
13.3.4 计划定期运行磁盘清理.....	313		

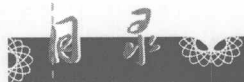
精通篇

第 14 章 Windows 7 的文件系统.....	323	14.7.1 对文件夹加密并备份密钥.....	342
14.1 文件系统简介.....	324	14.7.2 移动磁盘配额中的文件.....	343
14.1.1 文件系统基本类型.....	324	知识问答.....	344
14.1.2 NTFS 的优点.....	324	第 15 章 Windows 7 的安装与备份.....	345
14.2 转换文件系统.....	325	15.1 全新安装 Windows 7.....	346
14.2.1 通过格式化磁盘转换.....	325	15.1.1 安装前的准备工作.....	346
14.2.2 使用 Convert 命令.....	326	15.1.2 安装 Windows 7.....	347
14.3 设置文件权限.....	327	15.2 升级安装 Windows 7.....	351
14.3.1 什么是权限.....	327	15.2.1 检查兼容性.....	351
14.3.2 设置文件的权限.....	327	15.2.2 升级安装 Windows 7.....	352
14.3.3 设置文件的高级权限.....	328	15.3 双系统管理.....	353
14.4 使用文件加密功能.....	330	15.3.1 与 Windows XP 组成双系统.....	353
14.4.1 加密文件.....	330	15.3.2 管理系统启动项.....	354
14.4.2 授权其他用户访问加密文件.....	332	15.3.3 修复启动菜单.....	355
14.4.3 恢复加密密钥.....	333	15.4 系统备份与还原.....	356
14.5 使用磁盘配额功能.....	334	15.4.1 使用还原点备份和还原系统.....	356
14.5.1 启用磁盘配额.....	334	15.4.2 创建、恢复完整的系统映像.....	362
14.5.2 创建用户配额项.....	335	15.4.3 用 Ghost 备份和还原系统.....	364
14.5.3 巧用磁盘配额.....	336	15.5 精通实例.....	369
14.6 精通实例.....	337	15.5.1 安装双系统并设置启动项.....	369
14.6.1 设置文件夹的权限.....	337	15.5.2 一键备份系统.....	371
14.6.2 磁盘配额设置.....	339	15.6 精通练习.....	372
14.7 精通练习.....	342	15.6.1 升级安装 Windows 7.....	372



15.6.2 使用 Ghost 备份和还原系统	372	17.1.1 磁盘清理	406
知识问答	373	17.1.2 磁盘碎片整理	407
第 16 章 Windows 7 的系统安全	375	17.1.3 磁盘检查	408
16.1 操作中心	376	17.2 监视电脑运行状态	409
16.1.1 认识“操作中心”窗口	376	17.2.1 使用任务管理器监视	409
16.1.2 操作中心信息提示	377	17.2.2 使用资源监视器监视	412
16.1.3 设置操作中心选项	378	17.3 Windows 7 自带的优化设置	415
16.2 防范电脑病毒	378	17.3.1 优化开机速度	415
16.2.1 认识病毒	378	17.3.2 增大有限内存空间	416
16.2.2 使用杀毒软件	379	17.3.3 优化视觉效果	418
16.3 设置 Windows 7 防火墙	383	17.3.4 优化系统服务	419
16.3.1 启用防火墙	383	17.4 使用注册表优化系统	420
16.3.2 管理电脑的连接	384	17.4.1 启动注册表编辑器	420
16.3.3 Windows 防火墙的配置文件	385	17.4.2 加快关机关闭速度	420
16.3.4 设置防火墙的出站规则	386	17.4.3 加快系统预读能力	421
16.4 使用 Windows Defender	389	17.4.4 删除内存中多余的 DLL 文件	421
16.4.1 间谍软件简述	389	17.4.5 加速关闭应用程序	422
16.4.2 认识 Windows Defender	390	17.5 使用 Windows 7 优化大师	423
16.4.3 Windows Defender 的优点	390	17.5.1 使用优化向导	423
16.4.4 使用 Windows Defender 手动扫描	391	17.5.2 优化系统性能	424
16.4.5 自定义配置 Windows Defender	392	17.5.3 清理系统	426
16.4.6 关闭 Windows Defender 的反间谍功能	394	17.5.4 清理注册表	427
16.5 使用 Windows Update 更新系统	395	17.6 精通实例	428
16.5.1 设置更新	395	17.6.1 磁盘碎片整理并设置 磁盘碎片整理计划	428
16.5.2 检查并安装更新	395	17.6.2 使用 Windows 7 优化大师 优化系统	430
16.5.3 查看更新历史记录	397	17.7 精通练习	432
16.6 精通实例	398	17.7.1 使用“磁盘清理”程序清理 C 盘	432
16.6.1 为防火墙新建规则	398	17.7.2 清理注册表无用注册项	433
16.6.2 为 Windows Update 设置自动扫描	401	知识问答	433
16.7 精通练习	402	第 18 章 数据备份与故障修复	435
16.7.1 瑞星杀毒软件的查杀设置	402	18.1 用户数据的备份和还原	436
16.7.2 查看更新历史记录后 关闭 Windows Update	403	18.1.1 备份用户数据	436
知识问答	404	18.1.2 还原用户数据	438
第 17 章 Windows 7 的维护与优化	405	18.1.3 管理备份	439
17.1 磁盘维护	406	18.2 修复 Windows 系统	441
		18.2.1 集成的 Windows 恢复环境	441





18.2.2 创建系统修复光盘	442	18.3.3 Windows 7 设置故障排除	448
18.2.3 修复启动故障	442	18.4 精通练习	450
18.3 Windows 7 故障排除	442	18.4.1 还原数据并删除备份	450
18.3.1 Windows 7 安装故障排除	442	18.4.2 创建修复光盘和系统映像	450
18.3.2 Windows 7 使用故障排除	445	知识问答	451





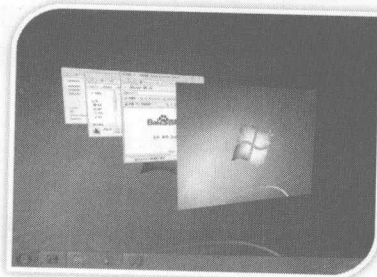
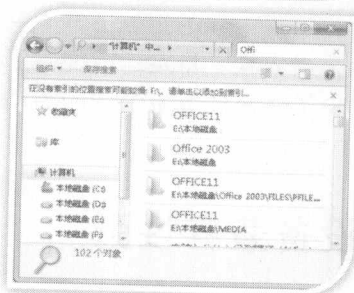
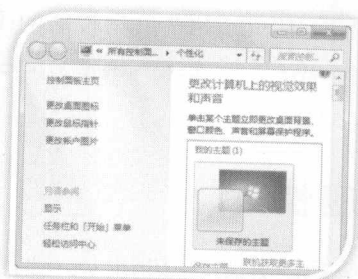
入门篇

第 1 章	Windows 7 的基本操作	3
第 2 章	个性化设置	33
第 3 章	管理文件与文件夹	61
第 4 章	软件的添加与管理	85
第 5 章	管理与使用硬件	107
第 6 章	账户管理	125
第 7 章	Windows 7 的实用附件	145



第 1 章

Windows 7 的基本操作

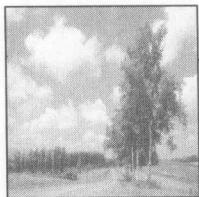


导读

精彩内容

Windows 7 作为目前最新的 Windows 操作系统，具有界面美观、操作稳定等优点。本章将详细介绍 Windows 7 的基本操作，从认识 Windows 7 开始，依次讲解 Windows 7 的启动与退出、桌面组成、对窗口的基本操作及使用帮助中心等知识。

- ◎ 初步了解 Windows 7
- ◎ Windows 7 的启动与退出
- ◎ Windows 7 的桌面及其组成部分
- ◎ 使用“开始”菜单
- ◎ Windows 7 中的对话框
- ◎ 操作窗口
- ◎ 使用帮助和支持中心



1.1 初步了解 Windows 7

电脑必须在操作系统下运行才能发挥其应有的作用。**Windows 7** 作为最新一代的 **Windows** 系列操作系统，在硬件性能要求、系统性能和可靠性等方面，相比其他早期版本的 **Windows** 操作系统有了巨大的改善。

1.1.1 硬件性能需求低

相比 **Windows Vista** 对硬件的高要求，**Windows 7** 只需较低的硬件配置便可顺畅地运行，目前市面上可以购买到的电脑运行 **Windows 7** 均无太大问题，但要想安装 **Windows 7** 必须保证电脑配备光盘驱动器设备。

1.1.2 安全、可靠且响应快速

Windows 7 中的“操作中心”安全功能集成了 **Windows** 已有的特性提醒，它和反间谍程序 **Windows Defender** 之间紧密结合，提供一致的提醒方式，并且在出现异常时，操作中心会显示详细信息并提供解决方案，为系统安全、稳定运行提供了保障。**Windows 7** 的响应速度快，在启动 **Windows 7** 时，它减少了后台任务所关联的启动服务项，因此启动系统后便可快速登录到系统桌面。

1.1.3 应用程序和硬件设备兼容性强

Windows 7 能够与早期版本实现无缝集成，使针对早期 **Windows** 系列版本研发的应用程序能够在 **Windows 7** 中正常运行。在硬件设备兼容性方面，也采用了与使应用程序兼容类似的方式。也就是说，一般在 **Windows XP** 和 **Windows Vista** 中运行的大部分程序都能在 **Windows 7** 中运行。

1.1.4 增加多点触控功能

增加多点触控功能，使其成为继鼠标和键盘之后又一种与电脑进行交互的方式。利用该功能可以直接与电脑进行交互，但是需要整合硬件配置和显示器才能实现“多点触控”功能。

1.1.5 界面直观丰富

Windows 7 采用图形化的界面，打开的窗口与桌面之间充满了层次感，使用户体验到进行的每一项操作都是在一个独立的空间区域中完成的，半透明的 **Aero** 外观效果也增添

行家提醒



新配置的电脑在使用 **Windows 7** 之前，首先要知道电脑的硬件性能是否满足 **Windows 7** 的需求。