

计算机热门软件入门与提高丛书

中文版 Windows 7 入门与提高

殷洪龙 周航 方悦 编著

- ◎ 帮您掌握**Windows 7**操作系统的**安装、个性化、硬件管理、网络、娱乐、系统与注册表、安全与维护**等
- ◎ 从读者需求入手，符合初学者认知过程，是作者多年教学经验的积累。
- ◎ 穿插常用软件的使用方法，使您尽快掌握Windows 7系统并解决工作中的实际问题。



1张DVD

包括全程多媒体语音视频教学+习题解答



北京希望电子出版社
Beijing Hope Electronic Press
www.bhp.com.cn

计算机热门软件入门与提高丛书

Windows 7

入门与提高

殷洪龙 周航 方悦 编著

- ◎ 帮您掌握Windows 7操作系统的安装、个性化、软硬件管理、网络、娱乐、系统与注册表、安全与维护等。
- ◎ 从读者需求入手，符合初学者认知过程，是作者多年教学经验的积累。
- ◎ 穿插常用软件的使用方法，使您尽快掌握Windows系统并解决工作中的实际问题。



1张DVD

包括全程多媒体语音视频教学+习题解答



北京希望电子出版社
Beijing Hope Electronic Press
www.bhp.com.cn

内 容 简 介

这是一本专门讲解 Windows 7 系统的使用方法与技巧的实用手册。

本手册分为 18 章, 由浅入深地介绍了 Windows 7 系统的安装与配置、基本操作、定制个性化的系统、软件的安装与删除、多媒体与娱乐中心、Windows 7 的实用附件、用户账户管理、硬件的管理与使用、组建家庭网络、访问互联网、利用互联网随时沟通、在淘宝网购物、其他网络软件的使用、加固 Windows 7 安全性、磁盘系统的管理、注册表编辑器、Windows PowerShell 以及其他常用软件的使用等。

本手册不仅适合作为初学者学习 Windows 7 的入门教材, 还可作为大中小企业的计算机使用者或系统维护人员的参考用书, 同时亦可作为高校及各类电脑培训学校的专业教材。

本光盘为 Windows 7 的多媒体视频教学, 第 18 章和全书习题答案的电子版。

需要本手册或技术支持的读者, 请与北京清河 6 号信箱 (邮编: 100085) 发行部联系, 电话: 010-62978181 (总机) 转发行部、010-82702675 (邮购), 传真: 010-82702698, E-mail: tbd@bhp.com.cn。

中文版 Windows 7 入门与提高 / 殷洪龙, 周航, 方悦编著.
北京希望电子出版社, 2010
(计算机热门软件入门与提高丛书)
ISBN 978-7-89499-076-1

I. 中… II. ①殷… ②周… ③方… III. 计算机—操作系统—Windows 7

责任编辑: 刘 芯 / 责任校对: 马 君
责任印刷: 金明盛 / 封面设计: 青青果园

北京希望电子出版社 出版
北京市海淀区上地三街 9 号金隅嘉华大厦 C 座 611
邮政编码: 100085
<http://www.bhp.com.cn>
北京金明盛印刷有限公司

北京希望电子出版社发行 各地新华书店经销

*

2010 年 8 月第 1 版 开本: 787mm×1092mm 1/16
2010 年 8 月第 1 次印刷 印张: 21.75
印数: 1-3 500 册 字数: 513 千字

定价: 39.00 元 (1 张 DVD)

前言

Windows 7 是 Microsoft 公司桌面系统家族的新成员,是到目前为止性能最出色、功能最丰富的一款桌面操作系统。既可为家庭用户提供丰富的多媒体应用,又可为企业台式机和 workstation 平台提供可靠稳定的运行环境。

本手册主要内容

本手册以循序渐进的方式,全面介绍了 Windows 7 中文版的基本操作和功能,全书内容环环相扣,文字表达与图示相结合,讲解由浅入深、循序渐进,按照计算机操作人员的实际工作需求组织内容,以基础知识实用、够用为原则,力求介绍最新的技术和方法。具体内容如下:

第 1 章主要介绍 Windows 7 系统的基础知识,包括了解 Windows 7、安装 Windows 7、升级至 Windows 7 以及 Windows 7 退出等操作。

第 2 章主要介绍 Windows 7 中的基本操作。包括认识 Windows 7 桌面、认识不同的用户界面主题、“开始”菜单、窗口、对话框和向导、文件和文件夹的操作和 Windows 7 的中文输入法。

第 3 章介绍如何定制个性化的 Windows 7,其中包括 Windows 7 的外观和主题、自定义任务栏和“开始”菜单、Windows 桌面小工具以及系统时间设置。

第 4 章主要介绍软件的安装及删除。包括软件的安装、软件的管理、添加/删除 Windows 组件以及安装 Windows 中常用软件等。

第 5 章主要介绍多媒体及娱乐中心,其中包括 Windows 7 媒体中心、Windows DVD Maker 以及游戏等。

第 6 章主要介绍 Windows 7 的实用附件,其中包括便笺程序、画图程序、计算器程序、记事本程序、图片截取程序以及写字板程序等。

第 7 章主要介绍用户账户管理,其中包括认识内置用户账户、设置用户账户、用户账户控制、家长控制和设置自动登陆账户等。

第 8 章主要介绍硬件的管理与使用,其中包括添加新硬件、认识驱动程序、使用设备管理器、安装/使用打印机以及添加其他数码产品等。

第 9 章主要介绍组建家庭网络,其中包括 TCP/IP 通信协议概述、配置家庭网络、共享文件夹、共享打印机以及使用飞鸽传书在局域网中传送文件及聊天等。

第 10 章主要介绍访问互联网,其中包括什么是 Internet、连接到 Internet、将局域网连接至 Internet、使用浏览器访问互联网、设置 IE 浏览器、收藏夹的使用和常用网站资源等。

第 11 章主要介绍利用互联网随时沟通,其中包括电子邮件概述、在网站中收发电子邮件、使用 Windows Live 套件、使用 QQ 聊天和社交网站等。

第 12 章主要介绍如何在淘宝网购物,其中包括加入淘宝网、寻找所需商品、与卖家沟通以及如何购买所需商品等。

第 13 章主要介绍其他网络软件的使用,其中包括网络下载软件—FlashGet、网络下载软件—eMule、网络游戏软件—联众游戏世界以及网络股票软件—大智慧等。

第 14 章主要介绍如何加固 Windows 7 的安全性,其中包括 Windows 7 的操作中心、使用 Windows 7 防火墙、Windows 7 的自动更新、Windows Defender 以及 360 安全防护软件等。

第 15 章主要介绍磁盘系统的管理,其中包括磁盘概述、基本磁盘的管理、动态磁盘的管理、镜像卷的修复、添加磁盘以及磁盘碎片整理与检查磁盘错误等。

第 16 章主要介绍注册表编辑器,其中包括注册表概论、访问注册表的方法、修改注册表的应用范例、注册表的维护、注册表的安全以及用命令方式操作注册表等。

第 17 章主要介绍 Windows PowerShell,其中包括认识 Windows PowerShell、Windows PowerShell 基础以及脚本文件的建立与执行等。

第 18 章主要介绍其他常用软件的使用,其中包括看图软件——ACDsee、视频播放软件——暴风影音、音频及 MP3 播放软件——千千静听、备份还原软件——一键还原以及虚拟机软件——VirtualBox 等。

本手册主要特点

作者从读者的需求入手,选取符合初学者认知过程和学习领域的题目,由浅入深地讲解 Windows 7,并结合在日常工作中的实际应用,使读者的学习更有针对性,书中还特别穿插介绍了一些常用软件的使用方法,使读者尽快了解并掌握 Windows 7 操作系统并利用其他常用软件解决工作中的实际问题。

本手册结构清晰,内容详实,特别适合应用型本科院校、示范性高职高专院校以及计算机培训学校作为相关课程的教材。

本手册配套光盘中包含书中介绍的所有常用软件的安装程序。

本书约定

为便于阅读理解,本书作如下约定:

本书中出现的中文菜单和命令将用“【】”括起来,以区分其他中文信息。

用“+”号连接的两个或三个键,表示组合键,在操作时表示同时按下这两个或三个键。例如,Ctrl+C 是指在按下 Ctrl 键的同时,按下 C 字母键;Ctrl+Shift+S 是指在按下 Ctrl 和 Shift 键的同时,按下 S 字母键。

在没有特殊指定时,单击、双击和拖动是指用鼠标左键单击、双击和拖动;右击是指用鼠标右键单击。

本手册主要由殷洪龙、北京交通大学电子信息工程学院周航老师和方悦编著,其他参与编著的还有李娜、陈月娟、李雪芳、贾玉印、张花、李少勇、罗冰、赵秉龙、王慧、刘峥、王玉、张云、李乐乐、陈月燕、刘希林、黄健、黄永生、田冰、徐昊、温振宁、黄荣琴、刘德生、宋明、刘景君等,谢谢你们在书稿前期的版式设计、校对、编排、以及大量图片的处理所做的工作。

由于本手册编写时间仓促,作者水平有限,书中疏漏之处在所难免,欢迎广大读者和有关专家批评指正。

编著者

目 录

第1章 安装 Windows 7 系统.....	1
1.1 了解 Windows 7	1
1.1.1 Windows 7 的新特性	1
1.1.2 Windows 7 不同版本的差异	4
1.2 安装 Windows 7	5
1.2.1 安装 Windows 7 所需的硬件配置	5
1.2.2 安装 Windows 7	6
1.3 升级至 Windows 7	10
1.4 退出 Windows 7	12
1.5 本章习题	13
第2章 Windows 7 基本操作.....	14
2.1 认识 Windows 7 桌面	14
2.2 认识 Windows 7 多种主题.....	15
2.2.1 基本主题	15
2.2.2 Windows Aero 主题	15
2.2.3 Windows 经典主题	15
2.3 “开始”菜单	16
2.3.1 全新的“所有程序”菜单.....	16
2.3.2 开始菜单搜索框	17
2.3.3 系统控制区	17
2.4 窗口	17
2.4.1 窗口的组成	17
2.4.2 改变窗口大小	18
2.4.3 最小化、最大化窗口	19
2.4.4 移动窗口的位置	19
2.4.5 排列窗口	20
2.4.6 切换窗口	21
2.5 对话框和向导	22
2.5.1 对话框	22
2.5.2 向导	23
2.6 操作文件和文件夹.....	24
2.6.1 认识文件和文件夹	24
2.6.2 文件和文件夹的显示风格	24
2.6.3 选择文件和文件夹	28
2.6.4 搜索文件和文件夹	29

2.6.5 复制文件和文件夹	30
2.6.6 移动文件和文件夹	32
2.6.7 新建文件或文件夹	33
2.6.8 重命名文件或文件夹	34
2.6.9 删除文件和文件夹	35
2.6.10 恢复删除的文件和文件夹.....	36
2.6.11 设置文件和文件夹的属性.....	36
2.7 Windows 7 的中文输入法.....	39
2.7.1 微软拼音输入法	39
2.7.2 搜狗拼音输入法.....	42
2.7.3 输入法的删除与恢复	45
2.7.4 设置默认输入法	46
2.7.5 不同输入法的切换	47
2.8 本章习题	47
第3章 定制个性化 Windows 7.....	48
3.1 Windows 7 的外观和主题.....	48
3.1.1 设置 Aero 主题	48
3.1.2 设置其他主题	50
3.1.3 设置桌面背景	50
3.1.4 设置窗口颜色	52
3.1.5 设置声音	53
3.1.6 设置屏幕保护程序	53
3.1.7 设置桌面图标	54
3.1.8 设置鼠标指针	55
3.1.9 设置【账户图片】	57
3.1.10 设置【显示】效果	58
3.2 自定义任务栏和“开始”菜单.....	62
3.2.1 设置任务栏	62
3.2.2 自定义“开始”菜单.....	64
3.2.3 设置工具栏	65
3.3 Windows 桌面小工具	65
3.3.1 在桌面添加小工具	66
3.3.2 设置桌面小工具的属性	66
3.4 设置系统时间	67
3.5 本章习题	68

第 4 章 软件的安装与删除.....	70	6.2.2 绘制简单的图画	112
4.1 软件的安装	70	6.2.3 图像的简单变形	113
4.1.1 软件安装前的准备	70	6.2.4 将彩色图片变为黑白	114
4.1.2 安装软件	71	6.2.5 图片格式的转换	115
4.2 软件的管理	72	6.3 计算器	116
4.2.1 删除或修复已安装的软件.....	73	6.3.1 使用标准计算器	116
4.2.2 使软件可以被所有用户使用.....	74	6.3.2 使用科学计算器	116
4.2.3 使用不兼容的软件	74	6.3.3 使用程序员计算器	117
4.2.4 管理自动运行的软件	77	6.3.4 使用统计信息计算器	117
4.3 添加/删除 Windows 组件	77	6.3.5 其他功能	117
4.3.1 添加 Windows 组件	77	6.4 记事本	117
4.3.2 删除 Windows 组件	77	6.4.1 输入文字	118
4.4 安装 Windows 中常用软件.....	78	6.4.2 文字常用的编辑方法	119
4.4.1 安装压缩与解压软件 WinRAR.....	78	6.5 图片截取	120
4.4.2 安装谷歌金山词霸	78	6.6 写字板	121
4.4.3 安装 Office 2007	81	6.6.1 输入图文信息	121
4.5 本章习题	82	6.6.2 文字格式设置	122
第 5 章 多媒体与娱乐中心.....	83	6.6.3 查找和替换	123
5.1 Windows 7 媒体中心	83	6.7 本章习题	124
5.1.1 启动 Windows Media Center.....	83	第 7 章 用户账户管理.....	125
5.1.2 设置 Windows Media Center.....	84	7.1 认识内置用户账户	125
5.1.3 在 Windows Media Center		7.2 设置用户账户	125
中播放音乐	89	7.2.1 建立用户账户	125
5.1.4 播放图片	95	7.2.2 创建密码	126
5.1.5 播放视频	97	7.2.3 更改账户名称	127
5.1.6 在 Windows Media Center		7.2.4 更改账户类型	127
中玩游戏	98	7.2.5 删除账户	127
5.2 Windows DVD Maker	99	7.2.6 创建密码重设盘	128
5.3 游戏	102	7.3 用户账户控制	129
5.3.1 单机游戏	102	7.3.1 触发 UAC 的程序	130
5.3.2 联网游戏	106	7.3.2 设置 UAC.....	130
5.3.3 游戏管理器的使用	107	7.4 家长控制	131
5.3.4 获得更多的游戏	108	7.4.1 启用家长控制	131
5.4 本章习题	109	7.4.2 设置可使用的系统时间	132
第 6 章 Windows 7 的实用附件.....	110	7.4.3 设置可运行的游戏	132
6.1 便笺	110	7.4.4 设置可运行的程序	133
6.2 画图	111	7.5 设置自动登录账户	134
6.2.1 画图程序的新界面	111	7.6 本章习题	135

第 8 章 硬件的管理与使用	136	9.3.3 访问共享的文件夹	168
8.1 添加新硬件	136	9.4 共享打印机	168
8.2 认识驱动程序	137	9.4.1 设置共享打印机	168
8.2.1 驱动程序的构成	137	9.4.2 连接共享打印机	169
8.2.2 驱动程序签名的作用	137	9.5 使用飞鸽传书在局域网中	
8.3 使用设备管理器	138	传送文件与聊天	170
8.3.1 查看硬件属性	138	9.5.1 安装飞鸽传书	170
8.3.2 显示隐藏的硬件设备	138	9.5.2 使用飞鸽传书在局域网中聊天	172
8.3.3 更新/禁止/删除或回滚		9.5.3 使用飞鸽传书传送文件	
驱动程序的方法	139	或文件夹	172
8.4 安装/使用打印机	140	9.6 本章习题	174
8.4.1 连接计算机和打印机	140	第 10 章 访问互联网	175
8.4.2 使用打印机打印文件	142	10.1 什么是 Internet	175
8.4.3 管理等待打印的文档	142	10.1.1 Internet 的特点	175
8.4.4 卸载打印机	143	10.1.2 连接至 Internet 网的几种方式	175
8.5 添加其他数码产品	143	10.2 连接到 Internet	176
8.5.1 安装并使用 U 盘与移动硬盘	143	10.2.1 连接前的准备工作	176
8.5.2 连接数码相机	147	10.2.2 建立 ADSL 拨号连接	176
8.5.3 安装、测试摄像头	150	10.2.3 断开网络连接	177
8.6 本章习题	151	10.3 将局域网连接至 Internet	178
第 9 章 组建家庭网络	152	10.3.1 配置路由器	178
9.1 TCP/IP 通信协议概述	152	10.3.2 配置无线路由器	179
9.1.1 IP 地址	152	10.3.3 使用 ADSL 共享上网	180
9.1.2 IP 地址类	152	10.4 使用浏览器访问互联网	181
9.1.3 子网掩码	153	10.4.1 启动 IE 8	181
9.1.4 默认网关	154	10.4.2 IE 8 的布局	182
9.1.5 私有 IP 地址	155	10.4.3 浏览网页内容	182
9.1.6 DNS 服务器	155	10.4.4 使用 IE 8 加速器	183
9.2 配置家庭网络	155	10.4.5 IE 8 的安全浏览	183
9.2.1 家庭有线网络的架构	156	10.4.6 搜索网上信息	184
9.2.2 认识网络位置	156	10.4.7 下载网上资源	186
9.2.3 组建家庭有线网络	156	10.5 设置 IE 浏览器	187
9.2.3 家庭无线网络的架构	163	10.5.1 设置 IE 8 界面	187
9.2.4 组建家庭无线网络	163	10.5.2 设置默认主页	188
9.2.5 配置无线路由器	164	10.6 收藏夹的使用	189
9.3 共享文件夹	166	10.6.1 添加网址到收藏夹	189
9.3.1 向家庭网络中添加共享文件夹	167	10.6.2 使用收藏夹	189
9.3.2 共享指定的文件夹	167	10.6.3 整理收藏夹	190
		10.6.4 收藏夹的导入和导出	190

10.7 常用网站资源	190	12.2.5 收藏店铺	227
10.8 本章习题	191	12.3 与卖家沟通	227
第 11 章 利用互联网随时沟通	192	12.3.1 了解卖家	228
11.1 电子邮件概述	192	12.3.2 联系卖家的方法	229
11.1.1 电子邮件地址的格式	192	12.4 购买所需商品	232
11.1.2 电子邮件的优点	192	12.4.1 了解商品的出售方式	232
11.2 在网站中收发电子邮件	193	12.4.2 购买一口价宝贝	234
11.2.1 申请电子邮箱	193	12.4.3 确认收到宝贝	235
11.2.2 登录电子邮箱	194	12.4.4 为卖家作出评价	236
11.2.3 查看并回复电子邮件	195	12.4.5 查看卖家对自己的评价	237
11.2.4 新建电子邮件	196	12.5 本章习题	238
11.2.5 删除电子邮件	197	第 13 章 常用网络软件的使用	239
11.3 使用 Windows Live 套件	198	13.1 网络下载软件——FlashGet	239
11.3.1 安装 Windows Live 套件	198	13.1.1 快速下载文件	239
11.3.2 使用 Windows Live Mail 收发邮件	199	13.1.2 限速下载文件	241
11.3.3 使用 Windows Live Messenger 聊天	202	13.2 网络下载软件——eMule	242
11.4 使用 QQ 聊天	209	13.2.1 下载设置	242
11.4.1 下载并安装 QQ 程序	209	13.2.2 寻找下载资源	244
11.4.2 申请和登录 QQ	211	13.2.3 下载资源	245
11.4.3 添加联系人	212	13.2.4 选择存放位置	246
11.4.4 使用 QQ 聊天	213	13.3 网络游戏软件——联众游戏世界	247
11.4.5 使用 QQ 与好友视频聊天	213	13.4 网络股票软件——大智慧	249
11.4.6 建立属于自己的 QQ 空间	214	13.5 本章习题	252
11.4.7 在 QQ 农场“种菜”、“偷菜”	214	第 14 章 加固 Windows 7 的安全性	253
11.4.8 QQ 休闲游戏	218	14.1 Windows 7 的操作中心	253
11.5 社交网站	218	14.1.1 什么是操作中心	253
11.5.1 访问开心网	218	14.1.2 操作中心的报警功能	254
11.5.2 访问人人网	220	14.1.3 停止操作中心	255
11.6 本章习题	220	14.2 使用 Windows 7 防火墙	256
第 12 章 在淘宝网购物	221	14.2.1 启用或关闭 Windows 7 防火墙	256
12.1 加入淘宝网	221	14.2.2 设置防火墙规则	257
12.2 寻找所需商品	223	14.3 Windows 7 的自动更新	258
12.2.1 通过分类寻找宝贝	223	14.3.1 设置自动更新	258
12.2.2 将宝贝按条件排序	226	14.3.2 手动检查更新	260
12.2.3 筛选宝贝	226	14.3.3 下载并安装更新	260
12.2.4 收藏宝贝	226	14.3.4 查看与卸载更新	261
		14.4 Windows Defender	262

14.4.1	什么是间谍软件.....	262
14.4.2	Windows Defender 特点.....	263
14.4.3	Windows Defender 的 实时保护功能.....	263
14.4.4	Windows Defender 的手动扫描.....	264
14.4.5	自定义选项.....	265
14.5	360 安全防护软件.....	268
14.5.1	360 安全卫士.....	268
14.5.2	360 杀毒.....	271
14.6	本章习题.....	273
第 15 章	管理磁盘系统.....	274
15.1	磁盘概述.....	274
15.2	管理基本磁盘.....	275
15.2.1	在基本磁盘创建简单卷.....	276
15.2.2	创建扩展磁盘分区.....	278
15.2.3	设置“活动”的磁盘分区.....	280
15.2.4	磁盘分区的格式化、添加 卷标与删除.....	281
15.2.5	添加、更改驱动器号和路径.....	282
15.2.6	扩展基本磁盘的简单卷.....	283
15.3	管理动态磁盘.....	285
15.3.1	将基本磁盘转换为动态磁盘.....	285
15.3.2	在动态磁盘创建和扩展简单卷.....	286
15.3.3	跨区卷.....	286
15.3.4	带区卷.....	289
15.3.5	镜像卷.....	291
15.4	修复镜像卷.....	295
15.5	添加磁盘.....	298
15.5.1	安装新磁盘、移动基本磁盘.....	298
15.5.2	将动态磁盘移到另一台 计算机内.....	299
15.6	磁盘碎片整理与检查磁盘错误.....	300
15.7	本章习题.....	301
第 16 章	注册表编辑器.....	302
16.1	注册表概述.....	302
16.1.1	认识注册表.....	302
16.1.2	注册表结构.....	303
16.1.3	注册表数据类型.....	306

16.2	访问注册表的方法.....	306
16.3	修改注册表的应用范例.....	307
16.3.1	禁用光驱的 AutoRun 功能.....	307
16.3.2	隐藏上一次登录的用户名.....	307
16.3.3	自动登录计算机.....	308
16.4	注册表的维护.....	309
16.4.1	导出注册表.....	310
16.4.2	导入注册表.....	311
16.5	注册表的安全.....	311
16.5.1	修改注册表访问权限.....	311
16.5.2	修改键的访问权限.....	312
16.5.3	审核访问注册表的行为.....	313
16.6	用命令方式操作注册表.....	314
16.7	本章习题.....	314
第 17 章	Windows PowerShell.....	315
17.1	认识 Windows PowerShell.....	315
17.1.1	Windows PowerShell 介绍.....	315
17.1.2	运行 Windows PowerShell.....	315
17.1.3	获得内置 Cmdlet 命令的帮助.....	316
17.1.4	快捷键.....	317
17.1.5	别名.....	318
17.2	Windows PowerShell 基础.....	320
17.2.1	保留字.....	320
17.2.2	变量.....	320
17.2.3	运算符.....	322
17.2.4	数组.....	325
17.2.5	关联数组.....	326
17.2.6	控制语句.....	327
17.2.7	管道操作.....	331
17.2.8	函数.....	332
17.3	脚本文件的建立与执行.....	334
17.3.1	脚本文件的建立.....	334
17.3.2	运行脚本文件.....	336
17.4	本章习题.....	338
第 18 章	常用软件的使用（本章为电子版）.....	339
18.1	看图软件——ACDsee.....	339
18.1.1	浏览图片.....	339
18.1.2	设为墙纸.....	342

18.1.3	批量改名.....	343
18.1.4	格式转换.....	345
18.1.5	编辑图片.....	346
18.2	视频播放软件——暴风影音.....	348
18.2.1	播放视频文件.....	348
18.2.2	使用播放列表.....	349
18.2.3	播放 DVD 光盘.....	349
18.2.4	在线观看高清电影.....	350
18.3	音频与 MP3 播放软件——千千静听.....	350
18.3.1	添加播放曲目.....	351
18.3.2	更换皮肤.....	351

18.3.3	在线听歌.....	352
18.4	备份还原软件——一键还原.....	352
18.4.1	使用一键还原备份系统.....	353
18.4.2	使用一键还原恢复系统.....	354
18.4.3	重新备份系统.....	355
18.5	虚拟机软件——VirtualBox.....	355
18.5.1	什么是虚拟机软件.....	355
18.5.2	在 VirtualBox 中安装操作系统..	355
18.6	本章习题.....	359

习题答案（本附录为电子版）.....	360
--------------------	-----

第1章 安装 Windows 7 系统

本章导读

Windows 7 是微软公司最新发布的操作系统，它有许多令人兴奋的改进之处，在本章将首先介绍 Windows 7 的一些新特性以及如何安装或升级至 Windows 7。

学习要点

- 了解 Windows 7
- 安装 Windows 7

- 升级至 Windows 7
- Windows 7 退出操作

1.1 了解 Windows 7

Windows 7 是微软公司发布的面向家庭用户、企业台式机和 workstation 平台的最新操作系统，作为 Windows Vista 的继任，微软公司期望通过该产品来扭转 Windows Vista 在市场中的败局。

Windows 7 仍然以家庭用户为主，同时兼顾企业用户。因此该产品中突出了家庭网络、家庭娱乐等功能，由此也可以看出微软欲逐步将传统意义上的计算机操作系统打造成以家庭为基础的综合性应用平台。

1.1.1 Windows 7 的新特性

Windows 7 作为 Windows Vista 的升级版，更新了大约 50 万行代码，约占 Windows Vista 代码总量的 10%，这些代码极大地改善了 Windows 7 的性能，下面简单列举一些新特性。

1. 安装和设置

现在为一台全新的计算机安装 Windows 7 系统只需花费 30 分钟左右的时间，而从老版本的 Windows 系统升级至 Windows 7 系统所花费的时间将更少，并且在安装过程中减少了重启次数，以及用户交互。

2. 新的任务栏

在 Windows 7 系统中任务栏的功能更加强大包括，开始菜单、Internet Explorer 8、Windows 资源管理器，Windows Media Player 等。

3. 任务缩略图

当用户将鼠标停留在任务栏的某个运行程序上时，将显示一个预览对话框，以便于用户了解最小化程序的当前运行状态。

4. 跳转列表

如果右击任务栏图标，将打开一个窗口，即所谓的跳转列表。它列出用户经常使用的文件或位置等信息。用户可通过【将此程序锁定到任务栏】命令将常用的程序放置到任务栏中。

5. 库

库是 Windows 7 中提供的一种全新式文件容器。它可将分散在不同位置的照片、视频或文件集中存储,方便用户查找或使用。一般有 4 个默认的库,即“文档”、“音乐”、“图片”和“视频”。

6. 家庭网络

家庭网络是一个本地网络共享工具,当用户在某台计算机上创建家庭网络时,Windows 7 会自动为该网络建立一个密码,当其他 Windows 7 机器要加入家庭网络时只需提供正确的密码便可加入该家庭网络,访问或共享其内容。

7. Aero 行为

Aero 行为是指用户可将窗口拖动到屏幕的不同边界而改变它们的布局。例如,将窗口拖动到屏幕左侧边界,则窗口自动占用左侧的一半屏幕。同样将窗口拖动到屏幕右侧边界,窗口会自动放大至右侧的一半屏幕;如果用户拖动窗口至屏幕顶部边界,则可将该窗口最大化。当窗口最大化后,用户还可直接拖动该窗口使其返回原始大小状态。

8. 桌面增强

Windows 7 提供了更多的桌面主题,包括:建筑、人物、风景、自然、场景、中国等。

9. 系统安全增强

Windows 7 对系统的安全性做出如下增强。

(1) 改进的用户账户控制(UAC)。

Windows 7 系统分配给每个账户较低的权限,以防止恶意软件自动安装或运行。在 Windows 7 中用户账户控制被设计为 4 种不同的级别,用户可根据需要调整至相应的级别。

(2) 多个防火墙配置文件。

在 Windows 7 环境下,Windows 防火墙设置取决于所处的网络位置。当用户处在不同的网络位置,系统会自动应用相应的防火墙配置文件,从而保护计算机不受外部的攻击。

10. 改进的 Web 浏览与 IE 8

(1) 功能强大的 IE 8。

通过浏览器访问互联网已是最常用的桌面应用之一,Windows 7 系统提供了最新的网页浏览器 IE 8。

(2) IE 8 加速器。

IE 8 中提供了一个内置的网页附加和增强功能——加速器。用户可在网页中选择任何一个词或短语,将出现  按钮,单击后将弹出加速器。

(3) InPrivate 浏览。

一种新的浏览模式,使用户在网上冲浪而不留下任何痕迹,没有历史记录、没有 Cookie、没有网址,什么都没有。

(4) 崩溃恢复。

当用户在打开多个标签浏览时,如果退出 IE 8,系统将弹出对话框询问所有标签和打开的网页在下次启动时是否仍显示。此外,如果程序崩溃,IE 8 将自动还原所有已打开的网页。

11. 数据备份和系统修复

(1) 备份到网络驱动器。

在以前的 Windows 版本中,只允许用户将备份数据存储在电脑的硬盘或移动硬盘中。而 Windows 7 则允许将备份存储到任何可访问的网络驱动器中。

(2) 创建系统修复光盘。

用户可通过创建一个可启动的光盘修复系统。

(3) 包含/排除指定的备份文件夹。

当用户在备份 Windows 7 时,可选择或排除某些特定文件夹。这样能更方便的控制备份内容。

12. 性能改进

(1) 整体表现地改进。

与 Windows Vista 相比 Windows 7 需要较少的内存和比较低的 CPU (Windows 7 在网上笔记本电脑中工作很好),并且 Windows 7 启动快,运行速度也更快。

(2) 对固态硬盘(SSD)的支持。

固态硬盘(SSD)是一种使用记忆芯片储存数据的存储设备,而不是普通的硬盘驱动器。Windows 7 可以直接识别并使用固态硬盘。

13. 电源管理

由于环保意识的增强,用户也希望计算机更加节能,借此降低计算机的使用成本,Windows 7 在原有电源管理的基础上做出了一些不错的补充以增强电源管理功能。

14. 降低功耗

通过对系统活动状态的监测,Windows 7 可以实现睡眠或休眠状态,甚至在没人使用时自动关闭系统组件,以达到降低功耗的目的。

15. 增强无线网络

只要单击通知区域中的网络图标,用户就会得到附近可访问的无线网络列表。用户再选择相应的网络连接即可。

16. 娱乐

(1) 媒体中心。

在家庭高级版、专业版以及旗舰版中均包含媒体中心。在符合媒体中心规范的计算机中用户可通过遥控器看电视、播放 CD、MP3 等,媒体中心还支持高清电视和蓝光影碟的播放功能。

(2) 复制远程内容。

当用户浏览库中(音乐,视频,图片等)媒体时,可选择将其复制至本地硬盘磁盘,方便以后查看。

(3) Windows Media Player 12。

Windows 7 中集成了 Windows 媒体播放器最新版。它提供许多新功能,包括对库的支持,同时也支持更多的流媒体选项。

17. 其他改进

(1) 多点触摸支持。

Windows 7 为运行家庭高级版、专业版和企业版的 Tablet PC 增加多点触摸功能，用户可方便地通过手指触摸指示 Windows 7 做什么。

(2) PowerShell 2.0

PowerShell 是一种脚本语言，用户可通过编写脚本管理或设置系统中任何需要自动化完成的工作，在 Windows 7 中，已捆绑 PowerShell 2.0 作为系统的一部分。

1.1.2 Windows 7 不同版本的差异

微软在发布 Windows 7 操作系统时，根据用户的侧重点不同提供以下 5 个版本：

- ◎ Windows 7 入门版。
- ◎ Windows 7 家庭基础版。
- ◎ Windows 7 家庭高级版。
- ◎ Windows 7 专业版。
- ◎ Windows 7 企业版/旗舰版。

入门版是为低配置的个人电脑，主要是上网笔记本电脑提供的。而家庭版主要偏重多媒体娱乐功能。专业版和企业版则包括更高的安全性，并着重满足企业部门的需求（企业版仅可通过专门的公司授权，而旗舰版可通过零售取得授权）。Windows 7 各版本之间的主要区别参见表 1.1。

此外，Windows 7 还为 32 位以及 64 位两种硬件平台分别提供针对不同平台版本的操作系统。

表 1.1 Windows 7 各版本之间功能差异

特性	入门版	家庭基础版	家庭高级版	专业版	企业版/旗舰版
Windows 基本界面	√	×	√	√	√
Windows 标准界面	×	√	√	√	√
Windows Aero 界面	×	×	√	√	√
Aero 快速查看	×	×	√	√	√
Aero Shake	×	×	√	√	√
Aero 背景	×	×	√	√	√
Windows Flip 3D	×	×	√	√	√
Live 任务栏预览	×	√	√	√	√
用户快速切换	×	√	√	√	√
支持 CPU 数量	1	1	2	2	2
最大内存（32 位版）	4GB	4GB	4GB	4GB	4GB
最大内存（64 位版）	8GB	8GB	16GB	192GB	192GB
网络备份	×	×	×	√	√
附加游戏	×	×	√	√	√
屏幕截图工具	×	×	√	√	√

(续表)

特性	入门版	家庭基础版	家庭高级版	专业版	企业版/旗舰版
随时更新	√	√	√	√	N/A
Windows Media Player 远程体验	×	×	√	√	√
MPEG-2 解码	×	×	√	√	√
杜比数字兼容	×	×	√	√	√
DVD 录放	×	×	√	√	√
Windows Media Center	×	×	√	√	√
Windows DVD Maker	×	×	√	√	√
家庭组共享	只允许加入	只允许加入	√	√	√
远程桌面	×	×	×	√	√
IIS Web 服务器	×	×	√	√	√
Internet 连接共享	×	√	√	√	√
离线文件	×	×	×	√	√
Windows 移动中心	×	△	△	√	√
Windows Sideshow	×	×	√	√	√
支持 Tablet PC	×	×	√	√	√
多点触摸	×	×	√	√	√
加入域	×	×	×	√	√

注：表中√表示完全支持该功能；△表示部分支持该功能；×表示不支持该功能。

1.2 安装 Windows 7

本节将介绍如何在计算机中安装 Windows 7 系统。

1.2.1 安装 Windows 7 所需的硬件配置

如同其他软件一样，微软在发布 Windows 7 系统时，官方公布了两种运行 Windows 7 系统的配置需求，这两种配置需求见表 1.2。

表 1.2 安装 Windows 7 系统的硬件需求

硬件设备	最低需求	推荐需求
中央处理器	至少 800MHz 的 32 位或 64 位处理器	1GHz 或更快的 32 位或 64 位处理器
内存	512MB	最少 1GB
显示卡	至少拥有 32MB 显示缓存并兼容 Directx9 的显示卡	至少拥有 128MB 显示缓存并兼容 Directx9 与 WDDM 标准的显示卡
硬盘	硬盘容量至少 40GB，同时可用空间不少于 16GB	硬盘容量至少 80GB，同时可用空间不少于 40GB
光驱	DVD 光驱	
其他	微软兼容的键盘及鼠标	



如果用户使用的计算机不满足表 1.2 中的最低要求, 那么就无法安装 Windows 7 系统。如果计算机不满足推荐需求, 则可能会产生性能问题。

1.2.2 安装 Windows 7

一般来说安装 Windows 7 系统有 3 种方法, 它们分别是:

- (1) 用安装光盘引导系统安装;
- (2) 从现有系统中全新安装;
- (3) 从现有系统中升级安装。

本小节将以“安装光盘引导系统安装”为例, 介绍如何安装 Windows 7 系统。

目前绝大部分的计算机都支持利用 CD-ROM 启动的功能, 因此可以直接利用 Windows 7 DVD 启动系统并执行安装程序。

01 将计算机的 BIOS 设置为从 CD-ROM 启动, 以 Award BIOS 为例, 其所需要采取的步骤是在打开计算机的电源后按住 Delete 键, 然后根据 BIOS 版本的不同选择不同的方法。例如, 较新版本的 BIOS 选择“Advanced BIOS Features”, 然后在“First Boot Device”选项中选择“CD-ROM”。稍旧版本的 BIOS 选择“BIOS Features Setup”, 然后在“Boot Sequence”选项中选择“CDROM, C, A”。

02 将 Windows 7 DVD 放到 DVD 光驱内, 然后重新启动:

如果用户的硬盘内没有安装任何操作系统, 那么计算机会直接从光盘启动。

如果硬盘内已经安装了其他的操作系统, 那么计算机会显示“Press any key to boot from CD or DVD...”, 此时请立即按键盘上的任意一个键, 以便从安装光盘启动, 否则将会从硬盘查找操作系统, 如果硬盘内安装有操作系统则会启动该系统。

03 在按任意键后屏幕最下方会出现“Windows is loading files...”文字和一个进度条, 如图 1.1 所示, 由于在 Windows 7 中初始安装界面会由以前的文字方式升级为图形方式, 因此安装程序此时需要加载一些与界面相关的文件以及其他安装文件。

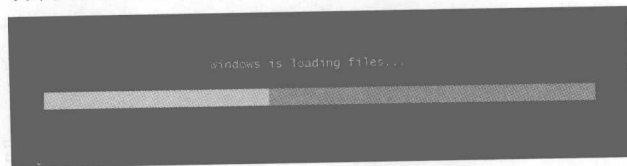


图 1.1 Windows 7 安装光盘启动界面

04 接着显示“Starting Windows”字符以及进度条, 然后打开如图 1.2 所示的【安装 Windows】窗口, 用户需要选择【要安装的语言】、【时间和货币格式】以及【键盘和输入方法】3 个选项, 选择好后单击【下一步】按钮。

05 进入如图 1.3 所示界面。如果想在安装前了解帮助信息可选择屏幕左下方【安装 Windows 须知】选项; 如果需要手工修复未成功的安装、测试内存或从备份映像中还原系统, 则可选择【修复计算机】选项, 在此单击【现在安

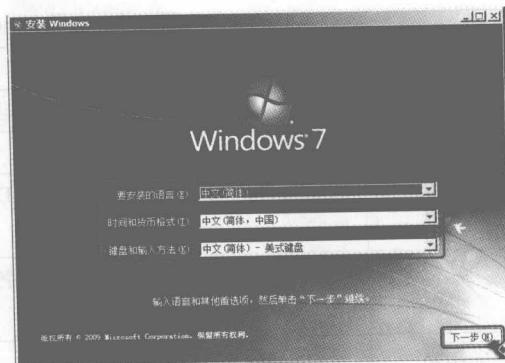


图 1.2 选择语言、时间和货币格式及输入法