



选择本书，也就拥有了通向成功的金钥匙……

新手学电脑

九天科技 编著

轻松



Xin Shou Qing Song Xue Dian Nao

- 为初学者量身打造，引领轻松入门
- 知识内容深入浅出，涵盖方方面面
- 精选典型实用范例，迅速提高技能
- 超长视频教学直播，提升学习效果

超值附赠
DVD

- ▲ 200分钟超长多媒体教学视频直播，易学易会
- ▲ 15大专题详细讲解，深入剖析，专业权威
- ▲ 大量典型案例完美讲解，视听教学，边学边练
- ▲ 超值赠送本社《电脑常见故障诊断与排除从新手到高手》与《电脑办公从入门到精通》教学视频

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE





内容简介

本书以Windows XP操作系统为基础，从计算机的组成、操作系统的安装、办公软件的应用、网络的应用等方面，由浅入深、循序渐进地介绍了计算机的基本知识和操作技能。本书可作为计算机初学者、下岗再就业人员、农村实用人才、社区培训教材，也可作为企事业单位员工的培训教材。

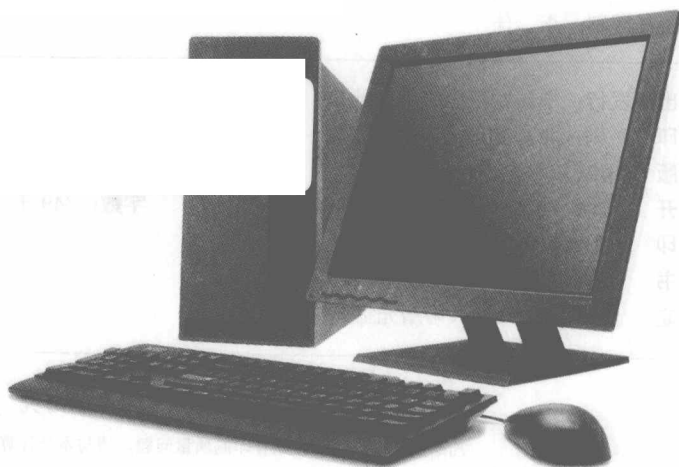
新手学电脑

九天科技 编著

轻松



Xin Shou Qing Song Xue Dian Nao



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

内 容 简 介

本书主要引领读者学会电脑的各种应用知识,掌握 Windows XP 操作系统、Word 2007 和 Excel 2007 等常用软件的使用方法,并学习网络的基本应用,如网络资源下载、网络全新视听、网上交流与通信等知识。此外,还能掌握网络安全与防范、Windows XP 系统优化等知识,全面学习与掌握电脑知识,从入门到精通,成为电脑操作高手。

本书内容翔实、通俗易懂、图文并茂、版式精美,并配有多媒体教学光盘,便于读者学习。本书非常适合没有任何电脑操作经验的初学者,也可作为对电脑操作有些了解但不熟练的学习者和各类办公人员的自学参考书,还可作为社会电脑培训机构学员的学习用书。

图书在版编目(CIP)数据

新手轻松学电脑/九天科技编著. —北京:
中国铁道出版社, 2010.10
ISBN 978-7-113-11297-4

I. ①新… II. ①九… III. ①电子计
算机—基本知识 IV. ①TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 059951 号

书 名: 新手轻松学电脑
作 者: 九天科技 编著

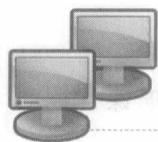
责任编辑: 苏 茜
特邀编辑: 焦昭君
封面设计: 王晓武
责任印制: 李 佳

编辑部电话: (010) 63560056
编辑助理: 王承慧
封面制作: 白 雪

出版发行: 中国铁道出版社(北京市宣武区右安门西街 8 号 邮政编码: 100054)
印 刷: 北京鑫正大印刷有限公司
版 次: 2010 年10月第 1 版 2010 年10月第 1 次印刷
开 本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 15 字数: 349 千
印 数: 5 000 册
书 号: ISBN 978-7-113-11297-4
定 价: 29.80 元(附赠光盘)

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书,如有印制质量问题,请与本社计算机图书批销部联系调换。



前言

当您翻开这本书的时候,或许您已经将自己加入到电脑操作新手的行列,并且想轻松掌握各种电脑操作技能,本书正是为您量身定做的。如果您由于工作的关系没有时间去培训班学习,如果您正在面临电脑应用考试,如果您还在单位处于实习或试用阶段,如果您在使用电脑的过程中遇到困难还无从着手,如果您到目前为止还没有更好地掌握电脑操作,我们精心编写的这本书将为您引路启航、解疑答惑,帮助您快速入门,并从电脑操作新手变成电脑应用高手。



您将在本书中学会什么?

通过学习本书,您将学会电脑的各种应用知识,掌握 Windows XP 操作系统、Word 2007 和 Excel 2007 等常用软件的使用方法,并能学会 Internet 应用和网络资源下载、网络全新视听、网上交流与通信等知识。此外,还能掌握网络安全与防范、Windows XP 系统优化等知识,全面学习与掌握电脑知识,从入门到精通,成为电脑操作高手。

全书共分 15 章,主要内容包括 Windows XP 入门、Windows XP 个性设置、Windows XP 常用操作、文件和文件夹管理、电脑休闲娱乐、Word 2007 文字处理、Excel 2007 表格制作、轻轻松松学上网、网络资源随心下、体验 E 网乐趣、网上交流与通信、论坛和博客、享受 E 网生活、网络安全与防范、Windows 系统优化等知识。



为什么要选购本书学习?

每个电脑知识学习者都想通过最行之有效的学习方法和最简洁易懂的讲解方式来尽可能多地掌握电脑操作知识和技巧,本书将会成为您上佳的选择。本书由资深电脑教育专家以初学者的视角为切入点,精心策划编写而成,主要具有以下特色:

任务驱动,全程图解

→ 全书采用案例任务驱动、全程分步图解的形式编写,实用性和可操作性强,能帮助读者达到立竿见影的学习效果。

立足新手,实练特训

→ 结合新手的实际状况,采用实练特训的方式讲解,并以图解标注突出讲解关键性操作步骤,使读者轻松完成难易程度不同的电脑操作技能,即学即用。

深入浅出,全面丰富

→ 内容循序渐进,深入浅出,知识讲解涵盖电脑和网络操作的方方面面……应有尽有,实用性强。

互动教学,书盘合一

→ 全新的多媒体互动光盘,对书中主要知识给予全面解读,进一步提高读者的学习兴趣,方便初学者直观学习,使其一看就懂、一学就会。

本书光盘有什么不同之处?

本书配套交互式、20 小时超长内容的多媒体教学光盘,既是与图书完美结合的视听课堂,又是一套具备完整教学功能的学习软件,直观、便利、实用。

光盘中提供了全书实例涉及的所有素材文件,方便读者上机练习实践,达到即学即用、举一反三的学习效果。

光盘中超值赠送本社出版的《电脑办公从入门到精通》和《电脑常见故障诊断与排除从新手到高手》的多媒体光盘视频,超大容量,物超所值。

本书适用读者群有哪些?

本书适合以下读者群体学习使用:

- (1) 没有任何电脑操作经验的初学者。
- (2) 对电脑操作有些了解但不熟练精通的学习者。
- (3) 从事各种办公工作的公司实习、试用、在职人员。
- (4) 大中专院校的在校学生和社会电脑培训机构的学员。
- (5) 想在短时间内全面掌握电脑操作使用技能的读者朋友。

学习中遇到难题怎么办?

如果读者在使用本书的过程中遇到什么问题或者有什么好的意见或建议,可以通过发送电子邮件(E-mail: jtbook@yahoo.cn)或者 QQ: 843688388 联系我们,我们将及时予以回复,并尽最大努力提供学习上的指导与帮助。

希望本书能对广大读者朋友提高学习和工作效率有所帮助,由于编者水平有限,书中可能存在不足之处,欢迎读者朋友提出宝贵意见,我们将加以改进,在此深表谢意!

编 者

2010 年 3 月

目录

CONTENTS

Chapter 1

一点就通——Windows XP 入门.....1

Work 1: 浏览“我的电脑”.....2

1. 打开“我的电脑”窗口.....2
2. 改变“我的电脑”窗口的大小和位置.....3

Work 2: 启动附件程序.....4

1. 认识“开始”菜单.....5
2. 通过“开始”菜单启动附件程序.....6

Work 3: 巧设任务栏.....7

1. 自动隐藏任务栏.....7
2. 改变任务栏位置.....8
3. 锁定任务栏.....8

Work 4: 创建新账户.....9

1. 创建新账户的方法.....9
2. 为新账户设置密码.....10
3. 为账户换个漂亮的头像.....11

Chapter 2

个性飞扬——Windows XP 个性设置.....13

Work 1: 将喜欢的照片设置成桌面.....14

Work 2: 更改桌面图标.....16

Work 3: 更改 Windows 主题.....17

Work 4: 为系统添加屏幕保护.....19

Work 5: 鼠标指针形状随心变.....20

Chapter 3

轻松掌握——Windows XP 常用操作.....23

Work 1: 添加/删除输入法.....24

1. 添加输入法.....24
2. 删除输入法.....25

Work 2: 调节音量.....25

1. 将音量图标添加至任务栏.....26
2. 音量调节.....26

Work 3: 修改或隐藏系统的日期和时间.....27

1. 修改系统的日期和时间.....27
2. 隐藏系统的日期和时间.....28

Work 4: 使用屏幕上的键盘.....28



Chapter 4

1. 开启屏幕键盘	29
2. 使用屏幕键盘在写字板上输入数据	29
Work 5: 为系统减压——卸载不用的软件	31

数据管家——文件和文件夹管理

Work 1: 转移文件和文件夹	34
1. 新建文件夹	34
2. 选择文件和文件夹	35
3. 复制文件或文件夹	36
4. 剪切文件或文件夹	37
Work 2: 修改文件属性	39
1. 将文件设置为只读	39
2. 将文件设置为隐藏	40
3. 修改文件扩展名	40
4. 设置“文件夹选项”	42
Work 3: 找回删除的文件	43
1. 删除文件	43
2. 还原删除的文件	44
3. 永久删除文件或文件夹	45
Work 4: 重要文件的加密和保护	46
1. 文件的加密	46
2. 文件的备份	47
3. 文件的还原	49
Work 5: 搜索被遗忘的文件和文件夹	51

Chapter 5

放松驿站——电脑休闲娱乐

Work 1: 轻轻松松玩“扫雷”	54
Work 2: 电影、音乐随心播	56
1. 使用 Windows Media Player 播放电影	56
2. 使用 Windows Media Player 播放音乐	57
3. 在 Windows Media Player 中选择在线商店	58
Work 3: 录制自己唱的歌	60
1. 歌曲的录制	60
2. 歌曲的播放	61
3. 声音的编辑	62
Work 4: 使用“画图”程序进行创作	63

Chapter 6

文档巧手——Word 2007 文字处理

Work 1: 制作旅游费用清单	70
------------------------	----

Chapter 7

Chapter 8

Chapter 9

Chapter 10

1. 插入艺术字	70
2. 插入文字信息	72
3. 插入表格	74
Work 2: 制作公司面试流程图	77
1. 创建 SmartArt 图	77
2. 设置 SmartArt 图的格式	78
Work 3: 制作公司员工满意度调查	80
1. 创建图表	80
2. 转换图表	83

制表大师——Excel 2007 表格制作 85

Work 1: 分店商品进出月报表	86
Work 2: 创建销售统计图表	92
Work 3: 制作公司员工工资数据透视表	95

网际漫游——轻轻松松学上网 99

Work 1: 和 IE 亲密接触	100
1. 启动 IE 浏览器	100
2. IE 主页设置	103
Work 2: 搜索天文知识	104
Work 3: 保存网页内容	107
Work 4: 收藏有价值的网页	110
Work 5: IE 浏览器的优化	111
1. 清除 IE 缓存	111
2. 调整自动完成设置	113
3. IE 浏览器的安全设置	114

网上淘金——网络资源随心下 115

Work 1: 在 IE 中下载 MP3 热门歌曲	116
Work 2: 使用迅雷下载学习视频教程	118
1. 安装迅雷	118
2. 注册迅雷会员	119
3. 搜索并下载学习视频教程	121
Work 3: 使用 QQ 旋风下载应用软件	123
Work 4: 使用比特彗星下载 BT 种子	124

全新视听——体验 E 网乐趣 127

Work 1: 在网站上收看电影	128
Work 2: 使用音频软件收听音乐	130



Chapter 11

1. 安装酷狗音乐软件	130
2. 使用酷狗收听音乐	132
3. 设置酷狗	133
4. 使用酷狗制作手机铃声	134
Work 3: 网络电视 PPLive	135
1. 安装 PPLive	135
2. 使用 PPLive 收看电影	137
3. 使用 PPLive 收看电视台节目	138

天涯若比邻——网上交流与通信 141

Work 1: 使用 QQ 邮箱收发邮件	142
1. 开通 QQ 邮箱	142
2. 发送邮件	143
3. 发送群邮件	144
4. 文件中转站	144
Work 2: 使用 QQ 聊天	146
1. 添加好友	146
2. 收发信息	147
3. 使用 QQ 截图	148
4. QQ 远程协助	149
5. 恢复关闭前的状态	150
6. 关闭声音提示	150
7. 屏蔽窗口抖动	151
Work 3: 使用 MSN 联系同事	151
1. 注册并登录 MSN	151
2. 添加联系人	152
3. 取消 MSN 自动启动	153
4. 禁止 MSN 自动运行	153
5. 自动查杀接收的文件	154
Work 4: 新浪 UC 聊天室	155
1. 申请 UC 账号	155
2. 登录 UC 聊天室	156
Work 5: 使用飞信发短信	156
1. 添加好友	157
2. 发送短信	157
3. 群发短信	158
4. 定时发送短信	158

Chapter 12

网上家园——论坛和博客 161

Work 1: 天涯论坛	162
---------------------------	------------

Chapter 13

Chapter 14

Work 2: 百度贴吧	163
1. 注册百度账号	164
2. 搜索贴吧并参与讨论	165
3. 创建贴吧并申请吧主	166
4. 管理贴吧	168
Work 3: 建立百度空间	169
1. 开通空间并更换模板	170
2. 添加背景音乐	171
3. 领养宠物	171
Work 4: 建立新浪博客	172
1. 创建博客并更改风格与头像	173
2. 发表文章	175
3. 添加背景音乐	176

快乐驿站——享受 E 网生活

Work 1: 玩网页上的 Flash 游戏	178
Work 2: 在线玩 QQ 升级游戏	181
Work 3: 体验跑跑卡丁车	184
1. 安装跑跑卡丁车	184
2. 注册账号	185
3. 登录游戏	186

系统卫士——网络安全与防范

Work 1: 金山毒霸	192
1. 使用金山毒霸查杀病毒	192
2. 自定义各项参数	193
3. 查看日志	193
4. 文件粉碎器	195
5. 进程管理器	195
6. 系统修复工具	196
7. 使用金山清理专家查杀恶意软件	197
Work 2: 360 安全卫士	197
1. 修复系统漏洞	197
2. 系统体检	198
3. 查杀木马	199
4. 清理恶意插件	200
5. 修复 IE	200
6. 管理开机启动项	201
7. ARP 防火墙	201
Work 3: 费尔个人防火墙	202



Chapter 15

Work 4: Windows 防火墙	203
1. 启用 Windows 防火墙	203
2. 管理“例外”选项卡	204
3. 自定义网络连接范围	204
4. 锁定 Windows 防火墙开启状态	205
5. 快速查看防火墙参数	206
Work 5: 管理系统账户	207
1. 设置管理员账户密码	207
2. 重命名管理员账户	208
3. 禁用 Guest 账户	208

维护专家——Windows 系统优化..... 211

Work 1: Windows XP 系统优化	212
1. 磁盘清理	212
2. 磁盘碎片整理	213
3. 设置虚拟内存	213
4. 关闭“休眠”与系统还原	214
Work 2: 性能优化	215
1. 减少启动项	215
2. 更改视觉效果	216
3. 取消不需要的网络组件	216
4. 卸载无用的动态链接	218
5. 禁用“漫游 Windows XP”	218
6. 关闭系统解压缩功能	219
7. 取消自动搜索局域网共享文件与打印机	219
8. 关闭调试器 Dr.Watson	220
Work 3: Windows 系统优化精灵	221
Work 4: Windows Vista 系统优化	222
1. 取消程序运行	222
2. 禁止侧边栏随机启动	223
3. 关闭用户账户控制 (UAC)	224
4. 取消任务栏缩略图	224
5. 取消窗口动画	225
6. 优化文件存储速度	226
7. 关闭 TCP/IPv6	226
8. 取消磁盘碎片整理计划	227
9. 优化“开始”菜单关机功能	228
10. 关闭“同步中心”	228
11. 关闭 Media Player 共享服务	229



一点就通

——Windows XP 入门

随着电脑的普及，越来越多的人开始关注和学习电脑知识，操作系统则是新手必学的一课。Windows XP 以其独有的风格赢得了众多用户的青睐，如果您也喜欢这款操作系统，那就让我们一块来学习吧！



学习时间

本章主要介绍 Windows XP 的基础知识。在学习过程中，读者可以分配 30 分钟来学习窗口操作，分配 15 分钟学习“开始”菜单，分配 10 分钟学习任务栏的操作，再分配 30 分钟学习用户账户的设置。



要点陈列

知识要点

1. 熟练掌握窗口的操作
2. 熟悉“开始”菜单的使用
3. 了解任务栏
4. 掌握用户账户的设置

星级重点

★★★★★

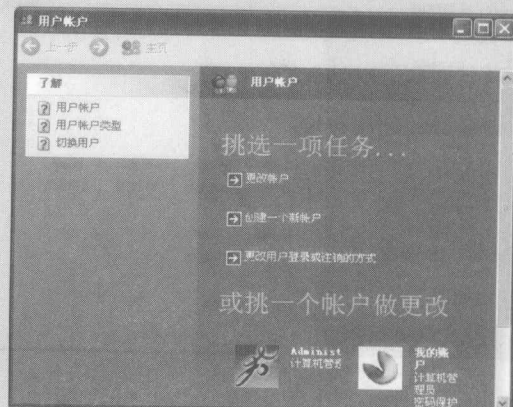
★★★★☆

★★★☆☆

★★★★★



教学视频





Work 1

浏览“我的电脑”

窗口的打开、窗口大小的改变以及窗口位置的改变



任务说明 »

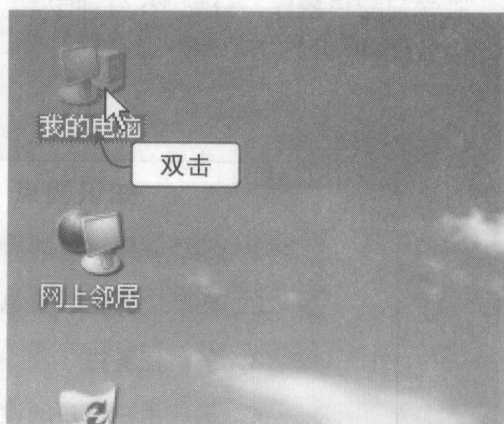
窗口是 Windows XP 中最基本的对象，基本操作包括窗口的打开、窗口大小的改变以及窗口位置的改变等。本任务将重点讲解窗口的基本操作。

1. 打开“我的电脑”窗口

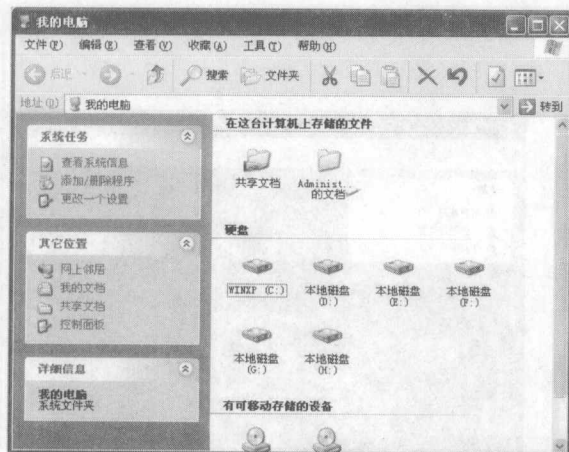
01 正常启动电脑以后，打开 Windows XP 操作界面，如下图所示。



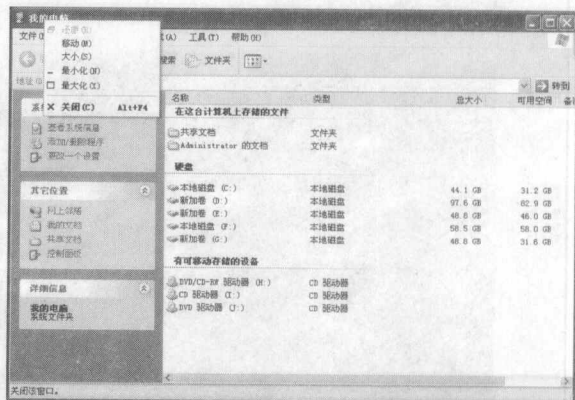
02 双击桌面上的“我的电脑”图标，如下图所示。



03 随后打开“我的电脑”窗口，如下图所示。



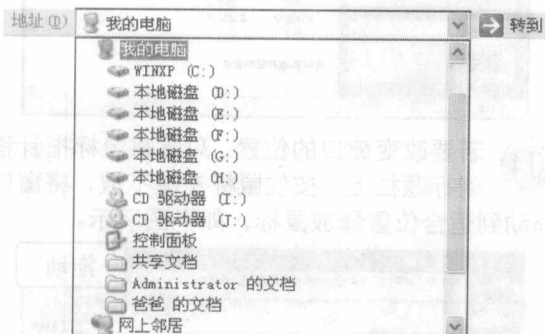
04 标题栏位于窗口最上方，最左侧是窗口的图标和名称，右侧是控制窗口大小和关闭的按钮，右击窗口的图标，弹出控制菜单，如下图所示。



05 标题栏下方是菜单栏，菜单栏由多个菜单组成，每个菜单又包含一组子菜单命令，如下图所示。

文件(F) 编辑(E) 查看(V) 收藏(A) 工具(T) 帮助(H)

07 地址栏位于工具栏下方，单击其右侧的按钮，在弹出的下拉列表中选择任意一个地址对象，即可打开相应的窗口，如下图所示。



09 窗口最下面是状态栏，主要显示当前的状态信息，如下图所示。

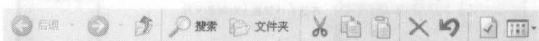
11 个对象

我的电脑

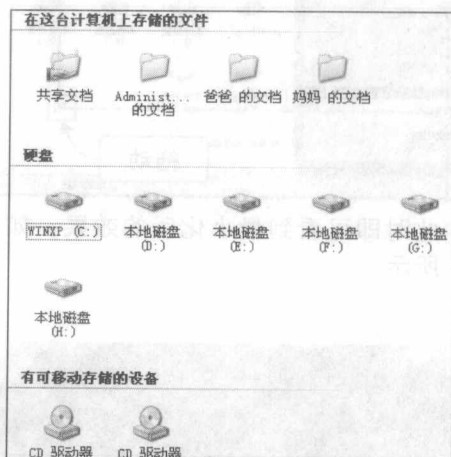
温馨提示

在“我的电脑”窗口中，选择“查看”|“状态栏”命令，即可隐藏或显示状态栏。

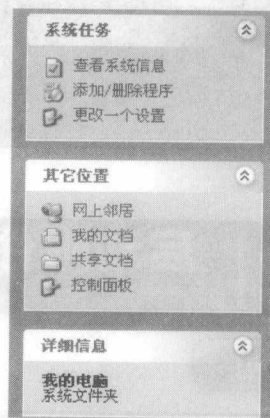
06 工具栏位于菜单栏下方，并且以小图标形式列出常用命令，如下图所示。



08 窗口中最大的区域就是工作区，用于显示操作的对象，如下图所示。



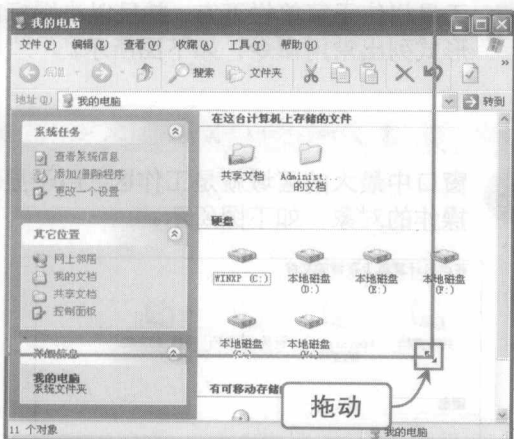
10 位于窗口左侧的是 Windows XP 的任务窗格，可以为用户提供信息和常用命令，如下图所示。



2. 改变“我的电脑”窗口的大小和位置

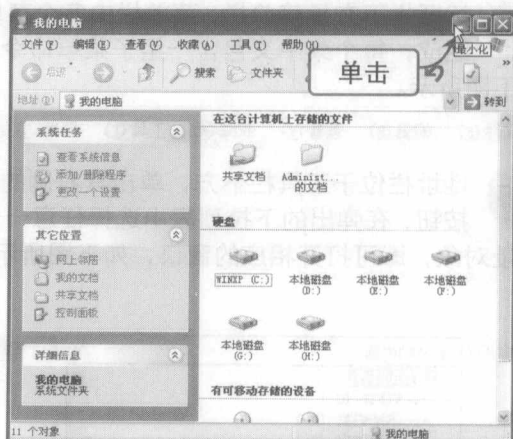
01 将鼠标指针移到窗口边缘，当其呈现↖、↗、↔或↕形状时，按住鼠标左键不放拖动到适当的位置时释放鼠标，即可调整窗口的大小，如下图所示。

02 通过单击标题栏右侧的按钮可将窗口最大化，如要将窗口最小化，单击按钮即可，如下图所示。



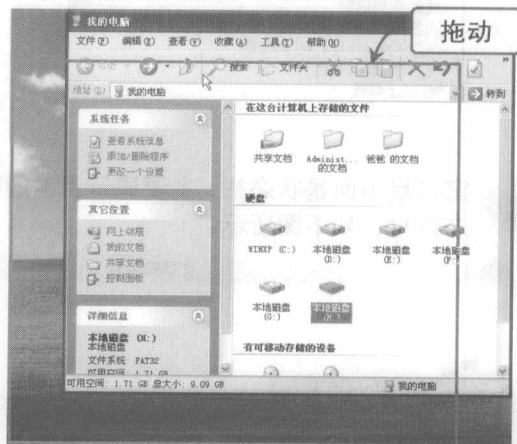
03

此时即可看到最小化后的效果，如下图所示。



04

若要改变窗口的位置，只需将鼠标指针移到标题栏上，按住鼠标左键不放，将窗口拖动到适合位置释放鼠标，如下图所示。



Work 2 | 启动附件程序

“开始”菜单的设置、通过“开始”菜单启动程序



任务说明

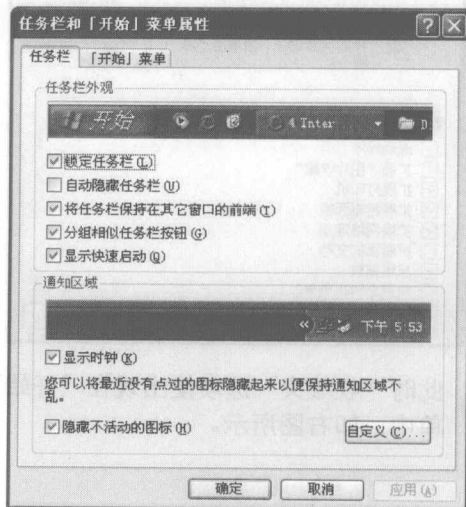
“开始”菜单是初学者经常接触的内容，一般来说，应用程序的启动都可以从“开始”菜单中找到。本任务将重点讲解“开始”菜单的设置，以及如何通过“开始”菜单启动程序。

1. 认识“开始”菜单

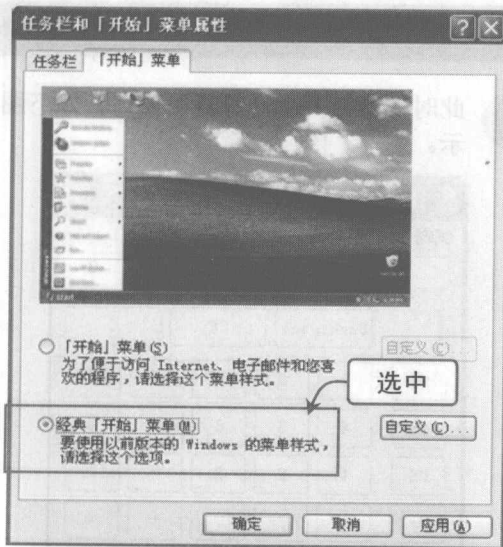
01 单击“开始”按钮 ，弹出默认状态的“开始”菜单，如下图所示。



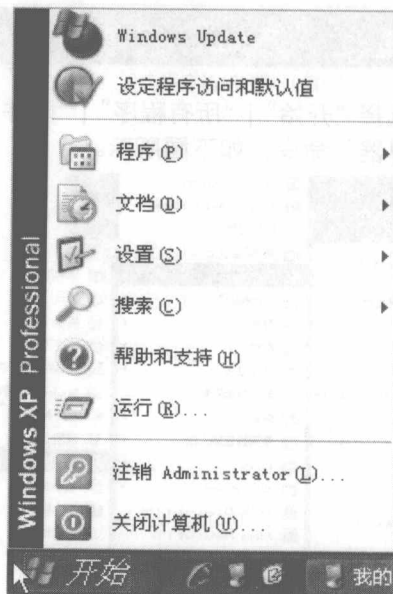
02 在任务栏的空白处右击，在弹出的快捷菜单中选择“属性”命令，打开“任务栏和「开始」菜单属性”对话框，如下图所示。



03 单击“「开始」菜单”选项卡，选中“经典「开始」菜单”单选按钮，如下图所示。

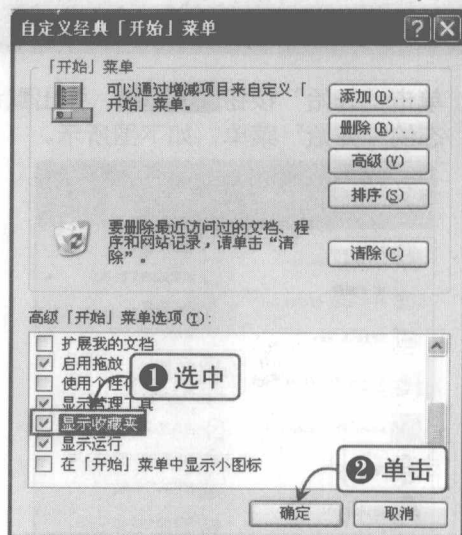
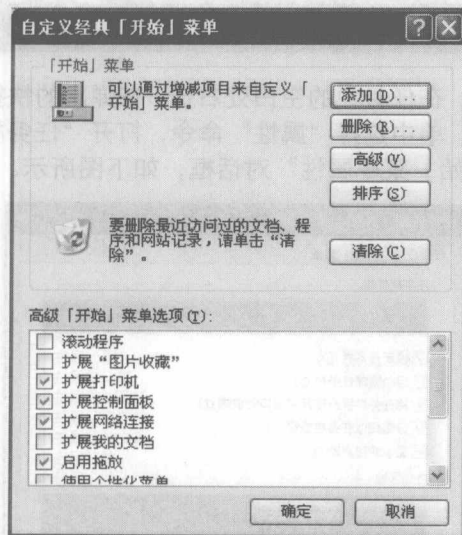


04 单击“确定”按钮，此时即可将“开始”菜单设置为经典样式，如下图所示。

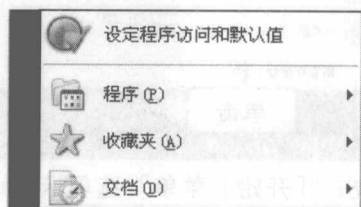


05 打开“任务栏和「开始」菜单属性”对话框，切换到“「开始」菜单”选项卡，单击“自定义”按钮，打开“自定义经典「开始」菜单”对话框，如下图所示。

06 在“高级「开始」菜单选项”列表框中选中“显示收藏夹”复选框，单击“确定”按钮，返回“任务栏和「开始」菜单属性”对话框，单击“确定”按钮，如下图所示。

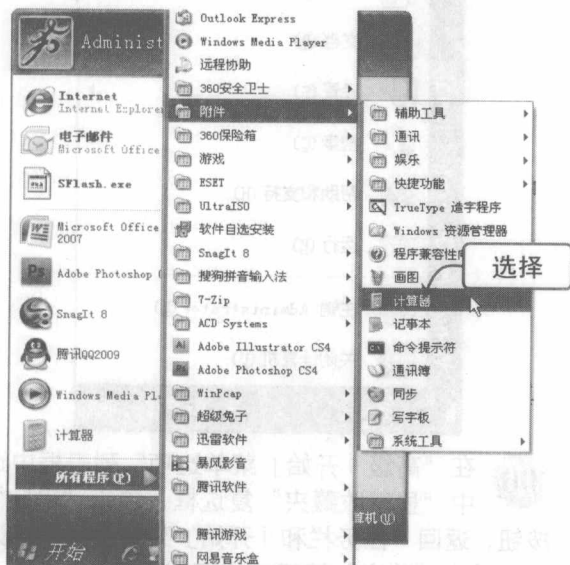


07 此时“收藏夹”选项便出现在“开始”菜单中，如右图所示。



2. 通过“开始”菜单启动附件程序

01 选择“开始”|“所有程序”|“附件”|“计算器”命令，如下图所示。



02 此时即可打开“计算器”窗口，如下图所示。

