

Windows 7 完美应用

微软MVP
倾心打造
助您全速掌握
最新最主流
操作系统

惊喜体验

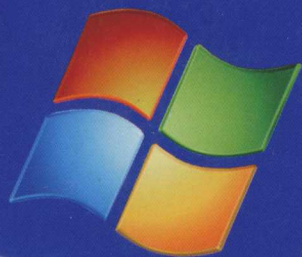
更**便利**的操作，更**低**的配置要求，更**可靠**的运行方式，更**多**的实用功能等，助您**深度体验**主流操作系统Windows 7的强大魅力

完美教学

根据读者需求**谋篇布局**，特有的学习流程图解+范例引导式讲解+多媒体视频教程=**轻松掌握**Windows 7

精彩内容

范例**多**！实操**多**！技巧**多**！不仅手把手教您各种操作方法，以及新老用户最关心的硬件驱动升级，且操作技巧与故障排除并重，一书在手，**轻松玩转**Windows 7



1DVD
超值多媒体教学光盘

本书视频教程完全解密Windows 7最新功能

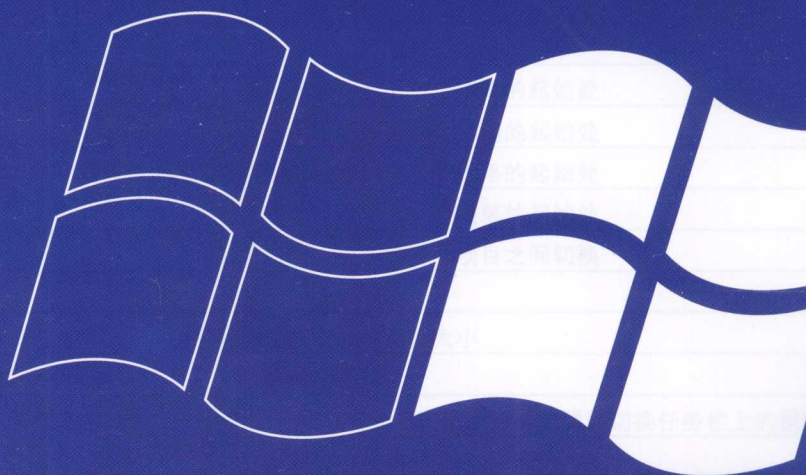
- ◆ **加赠** Office 电脑办公视频教程（全程实例讲解）
- ◆ **加赠** 计算机硬件常见故障维修技法视频教程
- ◆ **加赠** 系统辅助软件，输入法安装及打字练习软件

Windows

7

完美 应用

微软 MVP 宋翔 编著



内 容 简 介

本书从实用的角度出发,用简洁易懂的语言,范例导航的方式全方位讲解了 Windows 7 的各项功能和使用方法。

全书共分为 7 篇 25 章,内容涵盖:不同情况下如何安装 Windows 7,Windows 7 的各种新功能,如何管理系统的软、硬件,新手如何快速掌握系统的基本操作,如何管理用户账户,如何加强数据安全,系统的安全防护,如何设置系统防火墙,如何进行数据的备份与还原,如何上网冲浪,如何共享网络资源,如何使用并享受 Windows 7 的多媒体进行各项娱乐,如何玩转 Windows 7 自带的各种实用工具,如何使用 Windows Live 增强工具包,如何 DIY 更加易用的操作系统,如何改善系统性能的多种优化方案,以及 Windows 7 的实用技巧和故障排除等。全书不仅体现了 Windows 7 易用、时尚、实用、便捷、高效、安全的特点,还手把手教会读者如何完美地应用 Windows 7,希望读者通过对本书的学习全速掌握最新、最主流的操作系统。

本书适合各层次的 Windows 7 用户,对喜欢 DIY 操作系统的电脑玩家也具有很大的参考价值。

图书在版编目(CIP)数据

Windows 7 完美应用/宋翔编著. —北京:科学出版社,
2010.2

ISBN 978-7-03-026672-9

I. W… II. 宋… III. 窗口软件, Windows 7 IV. TP316.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 023077 号

责任编辑:王少华 / 责任校对:杨慧芳

责任印刷:新世纪书局 / 封面设计:彭琳君

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

中国科学出版集团新世纪书局策划

北京市艺辉印刷有限公司印刷

中国科学出版集团新世纪书局发行 各地新华书店经销

*

2010 年 4 月 第 一 版

开本:16 开

2010 年 4 月第一次印刷

印张:28.5

印数:1—3 000

字数:694 000

定价:49.90 元(含 DVD 价格)

(如有印装质量问题,我社负责调换)



您为什么需要这本书？

如果您对Windows 7充满好奇，想深入了解和研究Windows 7；

如果您不知道如何在不同条件下全新安装Windows 7；

如果您不知道如何从当前系统升级到Windows 7；

如果您不知道如何在多系统中安装Windows 7；

如果您不知道如何升级硬件的驱动；

如果您想完美体验Windows 7的众多实用新功能；

如果您希望可以控制孩子使用电脑的方式；

如果您希望让系统始终处于健康状态，不被恶意软件所侵扰；

如果您希望在电脑发生故障时，能快速地解决问题；

如果您希望让网上冲浪更轻松、更愉快、更安全；

如果您希望让Windows 7运行得更快、更简便、更可靠；

如果您希望掌握更多的实用操作技巧；

如果您想让自己成为使用Windows 7的高手；

如果您的家人也在使用Windows 7并希望了解以上内容；

如果您的亲朋好友也在使用Windows 7并希望了解以上内容；

如果您想帮助更多对Windows 7操作不熟悉的人。

您一定要读这本书！



Windows 7

多媒体光盘使用说明

本书光盘内容包括：Windows 7最新功能视频讲解教程，读者可先阅读图书再跟着视频教程学习，轻松体验和掌握最新最主流操作系统的强大魅力。此外，为方便读者学习，本书加赠了Office电脑办公的视频教程（全程实例讲解），计算机硬件常见故障维修技法的视频教程，以及相关的学习软件。

将配套光盘放入光驱后会自动运行多媒体程序，并进入光盘的主界面，如图1所示。单击按钮①可进入目录浏览界面；单击按钮②可浏览光盘中的文件，如赠送的“系统辅助软件、输入法安装软件及打字练习软件”。

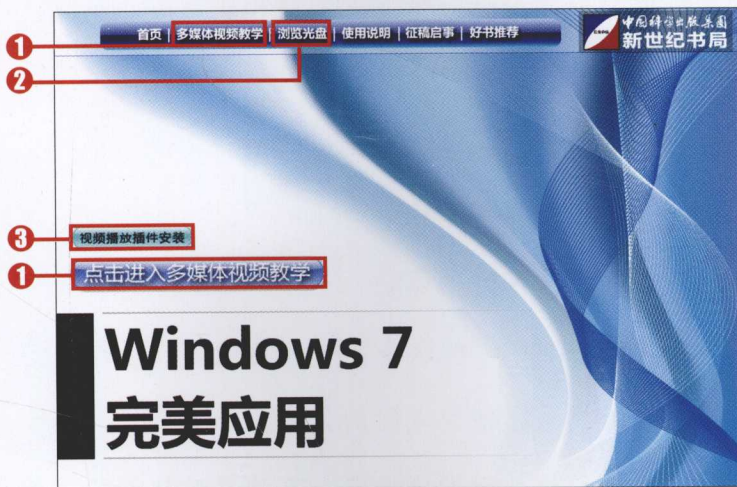


图1 光盘主界面

在目录浏览界面中单击按钮④可打开下一级目录，包含相应的视频文件链接；单击要学习的内容（如⑤），对应的视频文件将在“视频播放区”中播放，如图2所示。如果不能正常播放视频，请单击图1中的按钮③，以安装视频播放插件。

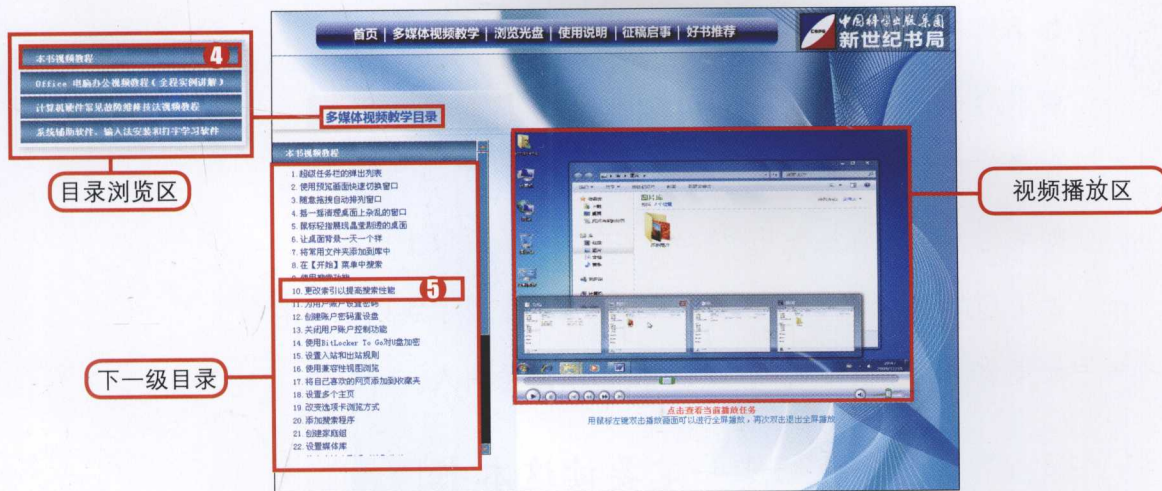
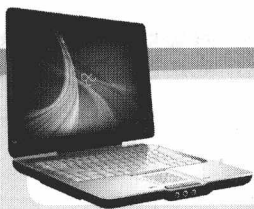


图2 播放界面

提示

如果放入光盘后没有自动运行，则在“我的电脑”中双击光驱盘符进入光盘，然后双击start.exe文件即可。



前言

随着Windows 7操作系统的推出,已经有很多企业和个人开始加入到使用与体验Windows 7的行列中,加之Windows 7在各方面的优异表现,不难看出将会有越来越多的人投身到使用Windows 7的队伍中。相信此刻翻开本书的您,一定对Windows 7充满了好奇或期待,那么请跟我来!本书将为您完全解密Windows 7的全新功能,助您深度体验主流操作系统Windows 7的强大魅力;本书还将手把手教会您如何操作使用Windows 7,助您轻松掌握主流操作系统Windows 7的使用方法与实用技巧。

本书的结构安排

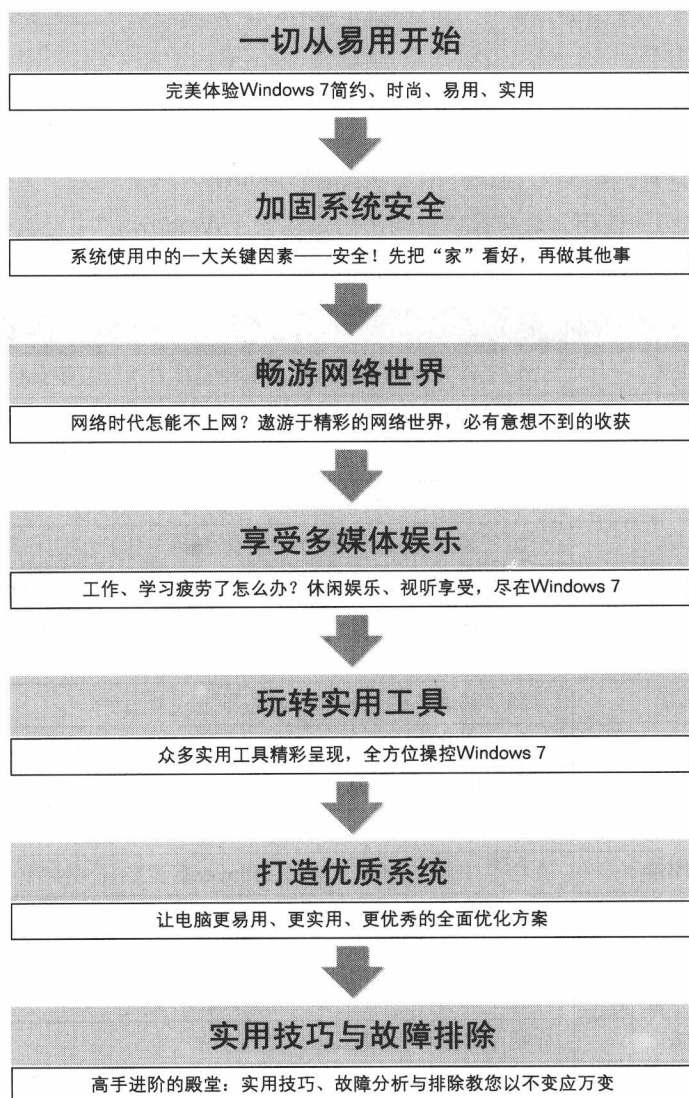
本书内容分为7篇共25章,详细介绍了从安装Windows 7系统开始一直到系统优化以及故障排除等多方面内容的使用方法与操作技巧,附录包含了Windows 7中经常使用的快捷键,希望读者通过本书可以进行一次完美的Windows 7之旅。本书的具体安排请参考下表。

各篇编号	各章编号	各章内容简介
第1篇	第1章	介绍了Windows 7新功能、三种安装方法以及安装后要做的工
	第2章	介绍了Windows 7的新功能及其操作方法
	第3章	介绍了在Windows 7中管理软硬件资源的方法
	第4章	特为新手安排,介绍了图标、窗口、文件夹、回收站的操作方法
第2篇	第5章	介绍了管理用户账户的方法,以及用户账户控制和家长控制的用法
	第6章	介绍了使用EFS和BitLocker To Go技术加密文件和U盘的方法
	第7章	介绍了Windows 7操作中心、Windows Update和Windows Defender的用法
	第8章	介绍了防火墙的入站和出站规则及设置方法
	第9章	介绍了系统映像、系统还原点、卷影副本等备份还原数据的方法
第3篇	第10章	介绍了Internet Explorer 8浏览器的全新功能与上网操作的方法
	第11章	介绍了使用家庭组和文件共享功能轻松共享数据的方法
第4篇	第12章	介绍了使用Windows Media Player播放影音文件的方法
	第13章	介绍了Windows Media Center家庭媒体中心的使用方法
	第14章	介绍了Windows 7中游戏的玩法
第5篇	第15章	介绍了记事本、写字板和屏幕键盘的使用方法
	第16章	介绍了截图和画图工具的使用方法
	第17章	介绍了Windows Live增强工具包中常用工具的使用方法
	第18章	介绍了桌面工具、便笺、计算器和录音机等常用工具的使用方法

(续表)

各篇编号	各章编号	各章内容简介
第6篇	第19章	介绍了自定义Windows 7系统操作环境的方法
	第20章	介绍了查看与分析系统性能的方法
	第21章	介绍了Windows 7中SuperFetch的运作机制, 以及优化内存的方法
	第22章	介绍了优化磁盘及设置磁盘配额的方法
	第23章	介绍了优化电源的方法
	第24章	介绍了通过组策略和注册表优化系统的方法
第7篇	第25章	介绍了Windows 7中的实用操作技巧以及常见故障的解决方法

下图显示了本书的整体结构, 同时也展示您将要进行的Windows 7体验之旅的路线。



本书包含的体例

为了使您可以更轻松地阅读本书并更好地体验Windows 7的新功能，在本书中提供了以下几个体例：

- ◆ **学习线路图：**此部分以线路图的方式清晰直观地展现了每章的整体结构，便于读者快速把握每章的核心框架内容。
- ◆ **通过本章您能学到：**此部分介绍了阅读每一章内容后可以学到的知识或操作技巧。
- ◆ **本章要点：**此部分列出了每章包括的重点内容，这些内容通常在每章所有内容中占有更重要的地位，读者应该对这些内容加以重视。
- ◆ **提示：**对于一些辅助性的知识或读者可能会产生疑问的内容进行讲解。
- ◆ **技巧：**很多操作都可能不止用一种方法来完成，“技巧”为读者提供了用最简便的方法来完成相同的操作。
- ◆ **注意：**有些操作是需要引起读者注意的，如果不加以注意，可能会造成严重的后果。

本书适合的读者

根据本书的结构安排及其涵盖的内容，本书适合以下读者：

- ◆ 正在使用Windows XP或Windows Vista，但是准备升级到Windows 7系统的用户。
- ◆ 刚开始使用Windows 7系统，但是对各种常用操作还不是很熟悉的用户。
- ◆ 已经使用Windows 7系统一段时间，但还需要深入了解Windows 7新功能和特性的用户。
- ◆ 喜欢DIY系统的电脑玩家。
- ◆ 已经开始大范围使用Windows 7系统并急需对员工进行Windows 7操作培训的企事业单位和各类型公司。
- ◆ 与时俱进的中老年电脑爱好者。

关于本书作者

如果您在使用本书的过程中遇到问题，可以通过以下方式联系作者：

- (1) 作者的电子邮箱：pfsx79@163.com
- (2) 专为本书开设的读者交流论坛：<http://pfsx.5d6d.com>

作者简介



Windows 7

宋翔

微软全球最有价值专家（Microsoft MVP），从事多年网络技术服务以及企业信息化管理工作，对Microsoft Office在销售、人力、财务等多方面的应用有比较丰富的经验。主要致力于微软Windows和Office两大系列产品的深入研究与开发，以及教学培训，出版过多部Windows和Office方面的书籍。好读书，求甚解，对任何事物喜欢钻研和琢磨。为人谦虚随和，乐于助人，网名“完美”，是多个Windows和Office论坛的版主，并建有自己的个人网站，与读者以及广大电脑爱好者在线交流电脑技术。业余爱好广泛，尤其喜欢不同风格的音乐，擅长唱歌，以欧美流行歌曲为主。

目·录

Part 01

一切从易用开始

1

Chapter 01 从安装入手	2
1.1 完美应用从Windows 7开始	3
1.1.1 更简单的桌面操作方式	3
1.1.2 更轻松地进行日常工作	4
1.1.3 更便利节能的办公环境	4
1.1.4 更简单便捷的上网操作	4
1.1.5 更安全可靠的系统环境	5
1.2 安装Windows 7前你必须知道的三件事	6
1.2.1 选择合适的Windows 7版本	7
1.2.2 Windows 7对电脑的硬件要求	9
1.2.3 安装Windows 7的几种方式	10
1.3 全新安装Windows 7	10
1.3.1 检查硬件设备的兼容性	10
1.3.2 导出原系统的重要数据	12
1.3.3 转换磁盘分区格式	15
1.3.4 开始全新安装	16
1.4 升级安装Windows 7	21
1.4.1 了解升级对应系统版本	21
1.4.2 检查硬件设备和原有程序的兼容性	22
1.4.3 开始升级安装	22
1.5 双系统共存安装Windows 7	23
1.6 安装后的收尾工作	24
1.6.1 将备份数据导入到Windows 7系统	24



1.6.2 让桌面常用图标重见天日	26
1.6.3 设置双系统中的默认启动项	27
Chapter 02 完美体验Windows 7的精彩	28
2.1 方便实用的【开始】菜单	29
2.2 靓丽且人性化的超级任务栏	30
2.2.1 超炫的超级任务栏按钮	30
2.2.2 超级任务栏的弹出列表	31
2.2.3 实时掌控文件复制或下载的进度	33
2.2.4 使用预览画面快速切换窗口	33
2.3 有趣的窗口操作	34
2.3.1 随意拖拽自动排列窗口	34
2.3.2 摇一摇清理桌面上杂乱的窗口	35
2.3.3 鼠标轻指展现晶莹剔透的桌面	36
2.4 轻松设置主题和背景	37
2.4.1 通过切换主题组选择特定的背景	37
2.4.2 让桌面背景一天一个样	38
2.5 便捷易用的Windows库	40
2.5.1 了解Windows 7中的库	40
2.5.2 将常用文件夹添加到库中	42
2.5.3 从库中访问文件夹的原始位置	43
2.5.4 创建属于自己的新库	44
2.5.5 让库变得更易用	46
2.5.6 删除文件夹和库	47
2.6 高效快捷的搜索功能	49
2.6.1 关于搜索功能的改进	49
2.6.2 在【开始】菜单中搜索	49
2.6.3 在文件夹或库中搜索	50
2.6.4 使用搜索筛选器快速搜索	51
2.6.5 在特定位置内扩展搜索	52
2.6.6 更改索引以提高搜索性能	53
2.6.7 保存搜索结果以便重复使用	55
2.7 无时不在的助手——Windows系统帮助	56
2.7.1 打开帮助窗口	56
2.7.2 选择联机帮助还是脱机帮助	56
2.7.3 查找特定的帮助内容	57
2.7.4 通过目录全面浏览帮助内容	58
2.7.5 向他人求助	58
Chapter 03 轻松管理系统的软、硬件	60
3.1 安装与管理系统硬件	61
3.1.1 对硬件驱动程序安装方面的改进	61
3.1.2 为电脑性能打分	62
3.1.3 查看是否存在有问题的硬件设备	64

3.1.4 更新与回滚硬件驱动程序	65
3.1.5 禁用、启用和卸载硬件设备	65
3.1.6 轻松管理外部设备	66
3.2 安装与管理软件	67
3.2.1 安装软件前的准备工作	67
3.2.2 安装软件的过程	68
3.2.3 更改或修复已安装的软件	69
3.2.4 从系统中删除已安装的软件	70
3.2.5 使用Windows系统功能	70
3.3 打造“听话”的程序	70
3.3.1 设置系统默认程序	70
3.3.2 设置文件关联的程序	72
3.3.3 设置自动播放程序	74
3.4 解决应用程序的兼容性问题	76
Chapter 04 快速掌握系统的基本操作——特为新手安排	79
4.1 快速掌握图标的操作	80
4.1.1 设置图标显示方式	80
4.1.2 排列图标	80
4.1.3 单选与多选图标	81
4.1.4 新建与删除图标	82
4.2 快速掌握窗口的操作	84
4.2.1 窗口的组成	84
4.2.2 调整窗口状态	86
4.2.3 移动和排列窗口	87
4.3 快速掌握文件和文件夹的操作	87
4.3.1 单项选择与多项选择	88
4.3.2 新建与重命名文件和文件夹	89
4.3.3 移动与复制文件和文件夹	89
4.3.4 删除文件和文件夹	90
4.3.5 显示隐藏文件和文件扩展名	91
4.3.6 压缩和解压缩文件和文件夹	91
4.4 快速掌握回收站的操作	92
4.4.1 设置回收站的大小	93
4.4.2 清空回收站	93
4.4.3 还原回收站	94

Part 02

加固系统安全

95

Chapter 05 做个好管家——管理用户账户	96
5.1 管理Windows 7中的用户账户	97
5.1.1 了解Windows 7的用户账户	97



5.1.2 新建账户	97
5.1.3 更改账户名称	99
5.1.4 更改账户图片	100
5.1.5 更改账户类型	101
5.1.6 为用户账户设置密码	101
5.1.7 创建账户密码重设盘	103
5.1.8 启用或禁用来宾账户	104
5.1.9 删除不用的账户	106
5.2 切换与注销用户账户	106
5.2.1 在多个账户之间切换	106
5.2.2 注销当前账户	107
5.2.3 锁定当前桌面	107
5.3 用户账户控制	108
5.3.1 用户账户控制的几种形式	108
5.3.2 设置用户账户控制的报警几率	109
5.3.3 关闭安全桌面	110
5.3.4 关闭用户账户控制功能	110
5.3.5 以管理员身份运行程序	110
5.4 家长控制	111
5.4.1 使用家长控制前的准备工作	111
5.4.2 控制用户使用电脑的时间	112
5.4.3 控制用户可玩的游戏	113
5.4.4 控制用户可运行的应用程序	114
5.4.5 检测家长控制的效果	115
Chapter 06 加强数据安全	117
6.1 EFS加密文件系统	118
6.1.1 加密文件或文件夹	118
6.1.2 备份加密数据的证书	119
6.1.3 使用加密文件	121
6.2 使用BitLocker To Go对U盘加密	122
Chapter 07 安全与故障控制中心	127
7.1 Windows 7操作中心	128
7.1.1 认识全新的操作中心	128
7.1.2 更改操作中心的信息提示方式	129
7.1.3 设置疑难问题的解决方式	130
7.2 让系统时刻保持最佳状态——Windows Update	131
7.2.1 自定义更新方式	131
7.2.2 下载并安装更新	133
7.2.3 查看已安装的更新	135
7.3 恶意软件的克星——Windows Defender	135
7.3.1 Windows Defender对恶意软件的报警及处理方式	136
7.3.2 设置自动扫描的时间	136

7.3.3 手动扫描	137
7.3.4 设置不扫描的位置和文件类型	139
7.3.5 禁用Windows Defender	141
Chapter 08 系统的安全屏障——设置系统防火墙	142
8.1 开始使用防火墙	143
8.1.1 开启和关闭系统防火墙	143
8.1.2 更改防火墙的通知方式	144
8.1.3 恢复防火墙的默认设置	145
8.2 设置防火墙的入站规则	146
8.2.1 添加指定程序的入站规则	146
8.2.2 禁止指定程序的入站规则	148
8.2.3 查看入站规则的详细信息	148
8.2.4 删除指定程序的入站规则	148
8.3 防火墙的高级配置	148
8.3.1 通过修改配置文件属性部署防火墙策略	148
8.3.2 设置入站和出站规则	150
8.3.3 导出防火墙配置文件	153
Chapter 09 数据的保险箱——备份与还原	154
9.1 了解Windows故障恢复环境	155
9.1.1 故障恢复环境包含的工具	155
9.1.2 进入Windows故障恢复环境	156
9.2 创建系统修复光盘	159
9.3 修复系统启动故障	159
9.4 创建系统映像文件保护系统	160
9.4.1 制作系统映像文件	160
9.4.2 使用系统映像文件恢复系统	162
9.5 设置系统还原点保护系统	164
9.5.1 创建系统还原点	164
9.5.2 在线还原系统	165
9.5.3 离线还原系统	167
9.5.4 禁用系统还原	168
9.6 备份用户数据	168
9.6.1 备份用户数据	168
9.6.2 整体还原用户数据	171
9.6.3 使用卷影副本功能还原所选用户数据	173
9.6.4 更改备份设置	173

Part 03

畅游网络世界

175

Chapter 10 Internet网上冲浪	176
--------------------------------------	------------

10.1 全新的Internet Explorer 8浏览器	177
--------------------------------------	-----

10.2 浏览网页	179
10.2.1 创建Internet连接	179
10.2.2 使用选项卡浏览	181
10.2.3 使用兼容性视图浏览	184
10.2.4 使用InPrivate隐身模式浏览	186
10.2.5 快速搜索网页	187
10.2.6 缩放网页显示比例	187
10.3 让收藏夹留住网站	188
10.3.1 将自己喜欢的网页添加到收藏夹	189
10.3.2 使用收藏夹快速打开网页	191
10.3.3 整理收藏夹中的内容	191
10.3.4 导出与导入收藏夹	193
10.4 第一时间了解网站的最新信息	194
10.4.1 订阅网站新闻	195
10.4.2 查看网站最新信息	195
10.4.3 网页快讯	196
10.4.4 设置源和网页快讯	197
10.5 让上网冲浪更安全	198
10.5.1 提高浏览器的安全级别	198
10.5.2 取消自动完成功能	199
10.5.3 清除上网记录	200
10.5.4 设置拦截弹出窗口	200
10.5.5 使用SmartScreen过滤不安全的网站	201
10.5.6 设置IE加载项	202
10.6 IE浏览器实用设置	203
10.6.1 设置多个主页	203
10.6.2 改变选项卡浏览方式	205
10.6.3 添加搜索程序	206
10.6.4 让IE浏览器恢复默认状态	208

Chapter 11 轻松共享网络资源209

11.1 网络和共享中心简介	210
11.2 自定义网络设置	211
11.2.1 更改网络名称	211
11.2.2 更改网络类型	211
11.2.3 查看整个网络的连接状况	212
11.3 使用家庭组轻松实现资源共享	213
11.3.1 创建家庭组	213
11.3.2 加入家庭组	215
11.3.3 通过家庭组访问共享资源	217
11.3.4 查看与更改家庭组的密码	217
11.4 设置文件和文件夹共享	220
11.4.1 启用“网络发现”功能	220

11.4.2 启用“文件和打印机共享”功能	221
11.4.3 设置任意文件夹共享	221
11.4.4 通过映射网络驱动器访问网络中的共享资源	222
11.4.5 让文件共享更安全	224
11.5 多台计算机共享连接Internet	225

Part 04

享受多媒体娱乐

227

Chapter 12 使用Windows Media Player享受多媒体视听

12.1 Windows Media Player 12的新特性	229
12.2 设置媒体库	229
12.2.1 向媒体库中添加媒体文件夹	230
12.2.2 浏览媒体库中的文件	233
12.2.3 编辑媒体库中的文件	236
12.2.4 从媒体库中删除文件	238
12.3 播放媒体文件	239
12.3.1 播放影音CD或DVD	239
12.3.2 使用播放列表播放音乐	240
12.3.3 随意播放音乐	241
12.3.4 浏览图片	242
12.3.5 快速查找媒体文件	243
12.4 翻录、刻录与同步音乐	244
12.4.1 翻录CD音乐	245
12.4.2 刻录CD光盘	246
12.4.3 向移动设备同步媒体文件	247
12.5 与其他计算机共享媒体资源	249
12.6 Windows Media Player实用设置	251
12.6.1 让Windows Media Player置顶	251
12.6.2 不自动将播放后的文件添加到媒体库	251
12.6.3 播放影音文件时禁用屏保	252
12.6.4 清除历史播放记录	252
12.6.5 设置Windows Media Player通过代理服务器接入Internet	252

Chapter 13 Windows Media Center家庭媒体中心

13.1 设置Windows Media Center的媒体库	255
13.2 在Windows Media Center中进行视听享受	260
13.2.1 播放音乐	260
13.2.2 查看与编辑播放列表	261
13.2.3 刻录音乐光盘	263
13.2.4 播放视频、图片以及其他多媒体内容	264
13.3 在Windows Media Center中玩游戏	265
13.4 媒体中心高级应用	267



13.4.1 设置窗口与启动选项	267
13.4.2 设置视觉和音效	268
13.4.3 设置显示、声音和网络连接	268
13.4.4 重新设置媒体库	268
13.4.5 限制可欣赏的节目	268
13.4.6 定时自动下载节目	269
13.4.7 定期执行优化任务	269

Chapter 14 Windows 7中的游戏.....270

14.1 Windows 7自带的游戏	271
14.1.1 Chess Titans	271
14.1.2 Mahjong Titans	273
14.1.3 Purble Place	274
14.1.4 红心大战	275
14.1.5 空当接龙	276
14.1.6 蜘蛛纸牌	277
14.1.7 纸牌	278
14.1.8 扫雷	279
14.1.9 Internet游戏	279
14.1.10 设置游戏选项	281
14.2 使用【游戏资源管理器】	282
14.2.1 使用【游戏资源管理器】启动游戏	282
14.2.2 继续玩以前的游戏	283
14.2.3 隐藏游戏	284
14.2.4 清除游戏的历史记录	285
14.3 获得更多的游戏	285

Part 05

玩转实用工具

287

Chapter 15 文本编辑工具.....288

15.1 便捷的文字处理工具——记事本	289
15.1.1 输入与编辑文本内容	289
15.1.2 让文字区域自动适应窗口大小	290
15.1.3 设置文本内容的字体格式	291
15.1.4 移动与复制文本内容	291
15.1.5 查找与替换文本内容	291
15.1.6 保存与打印文本内容	292
15.1.7 使用记事本过滤网页文本格式	292
15.2 多功能文字处理工具——写字板	293
15.2.1 全新的写字板界面环境	293
15.2.2 自定义写字板操作界面	294
15.2.3 灵活设置字体和段落格式	295
15.2.4 在写字板中插入图片	297

15.2.5 在写字板中插入外部对象	298
15.2.6 在写字板中进行特殊粘贴	299
15.2.7 转换文档格式	300
15.3 物理键盘的替身——屏幕键盘	300
Chapter 16 图片处理工具	302
16.1 截图工具	303
16.1.1 设置截图区域	303
16.1.2 截取图片	303
16.1.3 编辑截图	304
16.1.4 保存截图	305
16.2 画图工具	305
16.2.1 全新的画图操作界面	305
16.2.2 导入或新建图片	306
16.2.3 自定义画布大小	308
16.2.4 缩放视图比例	308
16.2.5 保存图片	309
16.2.6 将图片设置为桌面背景	309
16.2.7 转换图片格式	310
16.2.8 打印图片	310
Chapter 17 Windows 7增强工具——Windows Live工具包	312
17.1 安装Windows Live工具包	313
17.2 Windows Live Mail	316
17.2.1 设置邮箱客户端	316
17.2.2 自定义配置邮箱账户	318
17.2.3 收发电子邮件	319
17.2.4 防范垃圾邮件	320
17.3 Windows Live Messenger	322
17.3.1 添加联系人	322
17.3.2 设置个人信息	324
17.3.3 即时交流	325
17.3.4 传送文件	326
17.3.5 设置MSN的使用环境	327
17.4 Windows Live照片库	327
17.4.1 向照片库中导入图片	328
17.4.2 浏览图片	329
17.4.3 编辑与处理图片	331
17.4.4 让Windows Live照片库自动删除原始图片副本	333
17.4.5 将图片发布到Windows Live中	334
17.5 控制孩子的上网方式	334
Chapter 18 其他实用工具	338
18.1 桌面工具随我用——Windows 7小工具	339