

从零开始 中老年人 学会电脑操作

(入门篇)

本书
全程视频
教学

附赠超值DVD

五笔打字
视频教程

送!

温馨贴心
的多媒体
教学DVD

五笔打字
练习软件



- ✓ 看得懂: 没有难懂的术语, 按中老年人的学习心理组织内容, 浅显易懂, 越学越想学
- ✓ 学得会: 不用死记硬背, 边学边练, 配合全程图解教学, 轻松上手。实际操作都配有同步的多媒体语音视频教程, 手把手教你操作
- ✓ 玩得转: 本书只讲中老年人最常用最需要掌握的电脑操作知识, 一书在手, 轻松玩转电脑

看得懂 学得会 玩得转

最好的礼物! 送给与时俱进的长辈

从零开始

中老年人 学会电脑操作

(入门篇)

前沿文化 编著



 科学出版社

内 容 简 介

这是一种专门针对中老年人初学电脑操作而精心编写的图书。全书通过简洁直观的“图解”写作方式,详细而全面地给中老年人介绍了电脑入门基础操作、Windows XP 操作系统的应用、电脑打字、用电脑编写文章、电脑上网操作,以及电脑安全与维护方面的内容。

全书分为 12 章。第 1 章介绍了电脑的功能,以及电脑软件、硬件方面的知识;第 2 章介绍了电脑的开关机方法与鼠标的正确使用;第 3 章介绍了 Windows XP 操作系统的应用入门;第 4 章介绍了键盘操作与电脑打字;第 5 章~第 7 章介绍了电脑中文文件的管理方法、电脑娱乐与电脑的常用系统设置;第 8 章介绍了如何用 Word 编写与编排文档资料;第 9 章~第 11 章介绍了电脑上网基本操作、网上通信与聊天、网上生活与娱乐方面的内容;第 12 章介绍了电脑日常维护与安全方面的内容。

本书具有字图清晰、讲解易懂、阅读轻松的特点。在内容写作上没有深奥难懂的语言,知识讲解浅显易懂;在内容安排上不求面面俱到,只求实用、常用。本书力求让初学电脑打字的广大中老年朋友达到“一看就懂,一学就会;老有所学,老有所乐”的目标效果。

本书特别适合中老年人自学使用,也可以作为老年大学培训班的教材。

图书在版编目(CIP)数据

中老年人学会电脑操作. 入门篇/前沿文化工作室
编著. —北京: 科学出版社, 2010. 2
(从零开始)
ISBN 978-7-03-026678-1
I. ①中… II. ①前… 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 023044 号

责任编辑: 王少华 林 陶/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

北京彩和坊印刷有限公司印刷

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: 大 16 开

2010 年 4 月第一次印刷

印张: 19.75

印数: 1—4 000

字数: 456 000

定价: 49.90 元(含 1DVD 价格)

(如有印装质量问题, 我社负责调换)



丛书序

致中老年朋友的话

您是否还经常用笔和纸编写资料呢？
您是否还经常奔波于邮局给远方老朋友寄信呢？
您是否还在为自己的数码摄影技术而摇头叹息呢？
您是否还经常到拥挤的证券交易大厅炒股而疲劳奔波呢？
您是否觉得自己年岁渐高而无所乐趣呢？

.....

告诉您吧！这一切传统的生活方式都正在因电脑科技而改变。电脑，在我们生活中的应用越来越广泛！我们可以用“她”轻松地记录与编辑资料；随时与远方的老朋友聊天、通信；修复与美化我们自己拍摄的数码照片；坐在家中即可在网上买卖股票进行投资；闲来无事还可以听听音乐、看看电影、玩玩游戏。

可是，您总认为使用电脑是年轻人的专利，想学习又有以下担忧：

担心把电脑弄坏了；
担心自己老了，记性不好，久学不会；
担心书中的内容深奥难懂，不适合中老年人学习。

.....

告诉您吧！您大可不必为此焦虑，本套丛书“从零开始学电脑系列（中老年版）”，正是为专门解决广大中老年朋友的这些担忧而进行策划和编写的。您不妨翻看图书，细细读一读内容，您会发现，即使您没有任何与电脑相关的基础知识，也能通过本系列图书达到一看就懂、一学就会的学习效果。



出版科目

为了让中老年朋友消除对电脑的畏惧感和陌生感，我社针对中老年人的具体情况，使用“浅显易懂、图解易学”的写作方式，编写并出版了当前最常用的相关图书科目。真正让广大不懂电脑的中老年朋友，能在较短的时间内轻松入门，并学会和掌握电脑的基本操作技能，帮助您远离“高科技恐惧症”！

具体出版产品包括电脑入门、上网、打字、炒股、摄影与照片处理等科目，您可以从中选购自己需要学习的图书。

丛书序



1 《从零开始——中老年人学会电脑操作（入门篇）》

内容介绍：这是一本专门针对中老年人初学电脑操作而精心编写的图书。详细并全面地介绍了电脑入门基础、Windows XP操作系统的应用、电脑打字、用电脑编写文章、电脑上网操作，以及电脑安全与维护方面的内容。

2 《从零开始——中老年人学会电脑上网》

内容介绍：这是一本专门针对中老年人初学电脑上网而精心编写的图书。内容包括电脑上网的连接与配置、网上冲浪、网上信息的搜索与下载方法、收发电子邮件与网上聊天通信、网上娱乐与生活、网络博客与网络安全等。

3 《从零开始——中老年人学会电脑打字》

内容介绍：这是一本专门针对中老年人初学电脑打字而精心编写的图书。全书通过简洁直观的“图解”写作方式，详细而全面地介绍了电脑打字的基础知识、键盘的正确使用、常用拼音输入法的使用，以及五笔输入法的使用。

4 《从零开始——中老年人学会网上娱乐生活》

内容介绍：这是一本专门针对中老年人初学互联网娱乐与生活而精心编写的图书。内容包括中老年人如何健康上网、网上沟通与通信、网上听音乐与看电视电影、网上玩各种游戏、网络个人博客的建立、网络社区的交流、网上生活信息的查找与搜索等。

5 《从零开始——中老年人学会电脑炒股》

内容介绍：这是一本专门针对中老年人初学电脑炒股与投资理财而精心编写的图书。内容包括网上炒股入门知识、行情查看与分析技巧、股票买卖与操作技巧、基金理财方法与操作技巧、电脑炒股的安全知识等。

6 《从零开始——中老年人学会数码摄影与照片处理》

内容介绍：这是一本专门针对中老年人初学数码摄影和数码照片处理而精心编写的图书。详细而全面地介绍了数码摄影基础知识与技能技巧、数码照片的后期处理与创意制作等内容。

丛书序



套书五大特色

本套图书针对中老年朋友的学习需求与使用需求，在策划与编写时做到了以下特色。

● 直观形象的图解写作，浅显易懂的文字表述

为了方便中老年人阅读和学习，本套书在内容安排上没有深奥难懂的理论，只有实用的操作和丰富的图示说明，能让中老年朋友在学习时快速上手。书中的实例都是结合中老年人的应用需求和实际情况来编写的。语言描述上浅显易懂，行文亲切。

● 版式简洁美观，开本大、文字大、图片大

图书开本采用大16开，全彩印刷。版式简洁大方、层次清楚。正文文字采用四号字，图片清晰，非常适合中老年朋友学习使用。

● 亲切温馨的栏目提示，细心体贴的“您问我答”

全书穿插“温馨提示”和“您知道吗”两个小栏目，亲切地提示初学者在学习中的注意事项和技能技巧。在每章后面细心地安排了“您问我答”小节，解答读者在学习过程中可能遇到的疑难问题。贴心的设计，让您在学习过程中感受到轻松、惬意！

● 配有与书中内容同步的多媒体语音教学视频

与图书内容相配套的语音教学光盘提供了更加便利的学习捷径，只需跟着讲解进行同步操作就可学会。多媒体教学光盘可让中老年人像看电视一样，轻轻松松掌握电脑操作，学习效果立竿见影。

● 加赠与本书配套的相关软件和畅销书的视频教程

为了方便广大中老年朋友学习，我们专门将书稿中配套的工具软件存放在光盘中，读者只需按书中的讲解安装后即可学习与使用。另外，为了提高中老年人的电脑技能，我们还赠送了本社畅销图书的视频教程，读者可自行观看学习。相当于花一本书的钱，学习两本书。

总之，这是一套一看就懂，一试就会的电脑基础图书。不需要您先了解电脑基础知识，也不需要数学、物理或英语的基础，只要您坐在电脑前，边看书边操作，很快就能学会电脑的操作与应用。当您认真学完一本书的内容后，您会发现，原来电脑技能竟如此的简单，之前的担心大可不必！



电脑，已逐渐成为我们生活与工作中必不可少的设备，掌握电脑操作，也是我们生活所需的基本技能。对广大中老年人来说，学习电脑一方面可以掌握一项技能，跟上时代的步伐；另一方面可以扩大生活的半径、丰富生活的内容。

《从零开始——中老年人学会电脑操作（入门篇）》是中老年版从零开始学电脑系列图书中的一种。本书专门针对中老年人初学电脑入门操作的实际情况而精心编写。全书通过简洁直观的“图解”写作方式，详细而全面地给中老年人介绍了电脑的入门基础知识，以及应用与操作的相关方法。

全书共分12章，具体内容安排如下：

第1章 电脑其实很简单

主要介绍电脑的功能与日常应用、电脑硬件与软件、电脑常见外部设备的连接等内容。

第2章 电脑操作并不难

主要介绍电脑正确开机的方法、电脑系统的登录、鼠标遥控电脑的正确操作方法、电脑正确关机的方法与电脑死机的处理等内容。

第3章 Windows XP系统快速入门

主要介绍Windows XP桌面的组成与管理操作、Windows XP窗口的组成与管理操作、图标的管理操作等内容。

第4章 电脑打字轻松学

主要介绍键盘的组成与指法分工、电脑中输入法的配置与选择、常用智能ABC输入法的使用、鼠标手写输入汉字的方法等内容。

第5章 文件管理很重要

主要介绍文件与文件夹的概念及关系、电脑中文件资源的存放规律、如何正确有效地管理电脑中的文件等内容。

第6章 在电脑中听音乐、看影片和玩游戏

主要介绍Windows XP系统自身的娱乐功能，内容包括如何在电脑中听音乐看影碟、如何在电脑中录制自己的声音、如何在电脑中玩游戏。

第7章 让电脑满足自己的需求

主要介绍电脑系统中多用户的创建与管理、电脑显示属性的设置、电脑中软件的安装与删除等知识。

第8章 用Word编写一篇文章

主要介绍Word 2007文字处理软件的基本操作与使用、文档内容的录入方法与技巧、文档内容的编辑方法、文档内容的格式编排、文档内容的打印方法等知识。



第9章 网上冲浪一点通

主要介绍电脑连接互联网的方法、网上冲浪的基本操作、网上信息的查找与下载方法。

第10章 与好友在网上通信交流

主要介绍网上电子邮箱的申请与注册、网上收发电子邮件的方法、网上QQ通信聊天的相关操作与运用。

第11章 网上娱乐与生活

主要介绍网上流行QQ游戏的具体玩法；网上如何听音乐、看电视电影等内容。

第12章 维护与保护电脑的安全

主要介绍什么是电脑病毒、电脑病毒的预防措施、常用杀毒软件的使用、防火墙的运用、电脑的日常维护等知识。

本书具有字图清晰、讲解易懂、阅读轻松等特点。在内容写作上没有生涩难懂的语言，知识讲解浅显易懂；在内容编排上不求面面俱到，只求实用、常用。书中对中老年朋友在学习过程中经常会遇到的问题进行了专家级的指导和解答，以便中老年朋友在起步时少走弯路。本书力求达到让初学电脑入门的广大中老年朋友“一看就懂，一学就会；老有所学，老有所乐”的目标效果。

本书特别适合中老年人自学使用，也可以作为老年大学培训班的教材。孝顺的子女可以选择本书作为贴心礼物送给父母。

本书由前沿文化与中国科学出版集团新世纪书局联合策划并组织编写。全书由胡子平主编。参与本书编写的人员有冉丹、赵松、陈小银、何兵、黄镇、何国辉、王小红、吴明月、冉智梦、陈东、张彬彬、刘海涛等，他们都是从事计算机教学多年的老师、专家，具有丰富的教学经验和熟练的操作技巧。在此向所有参与本书编创的工作人员表示由衷的感谢！

最后，真诚感谢您购买本书。您的支持将鼓励我们不断努力，为您奉献更多、更优秀的电脑图书！由于计算机技术发展非常迅速，加上编者水平有限、时间仓促，不足之处在所难免，敬请广大读者和同行批评指正。

编者
2009年12月

多媒体光盘使用说明

将本书的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，如下图所示。如果光盘没有自动运行，只需在“我的电脑”中双击光驱的盘符进入配套光盘，然后双击“start.exe”文件即可。

让小军带您
进入多媒体
课堂吧！



单击“多媒体
视频教学”选
项→出现相应
的学习内容

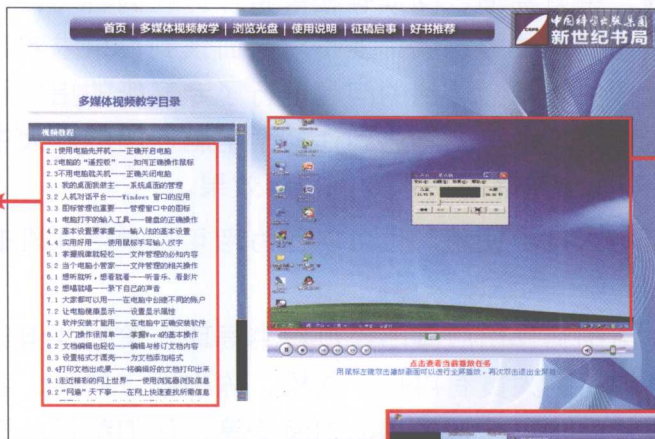
单击安装视频
播放插件



单击“浏览光
盘”会打开光
盘目录

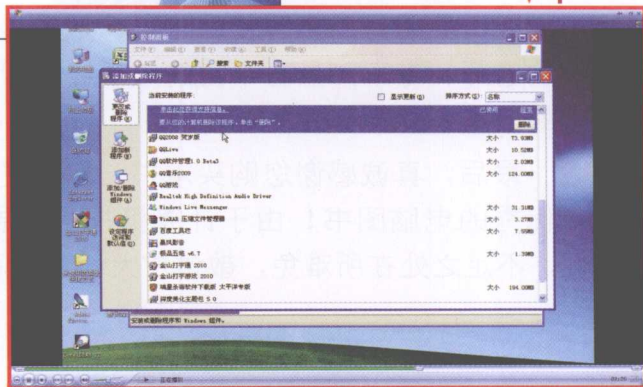
单击“使用说明”会
出现帮助页面，包含
详细的光盘操作说明
和常见问题解答

选择相关的学
习内容→开始
播放视频教学



双击视频教学窗
口→可全屏观看
视频教学

温馨提示：光盘内容安排和操作实例和书中不完全一致，除书中重要知识点外，还补充了部分书中没有讲到的常见操作技巧，读者可脱离本书操作学习；本光盘只能在电脑上进行学习使用，不可用于家用DVD机播放。





目 录

第1章 电脑其实很简单1

对电脑一点不懂，或者基础不太好的中老年朋友们来说，要想学好电脑，那么入门知识是必不可少的。本章主要介绍电脑的基础入门内容，如电脑的组成、电脑的硬件与软件、电脑常见外部设备的连接等基础知识。

1.1 从零开始——认识电脑 2

1.1.1 什么是电脑 2

1.1.2 用电脑能做什么 3

1.1.3 中老年人如何健康地学电脑 6

1.2 揭开电脑的神秘面纱——电脑硬件与软件 6

1.2.1 什么是电脑硬件 6

1.2.2 什么是电脑软件 12

1.3 亲自动手——电脑常见外部设备的连接 13

1.3.1 连接显示器 13

1.3.2 连接键盘与鼠标 14

1.3.3 连接音箱和麦克风 15

1.3.4 连接摄像头 16

1.3.5 连接网线 16

1.3.6 连接电源线 17



您问我答 17

问题01：电脑容易被损坏吗？ 17

问题02：针式、喷墨与激光打印机各有哪些优缺点？ 18

问题03：如何正确选购电脑？ 18

问题04：在电脑中一般要安装哪些软件？ 19

问题05：电脑日常操作中要注意哪些事项？ 19

第2章 电脑操作并不难 21

在掌握了电脑基础入门知识后，接下来应该学习和掌握电脑的基本操作，如电脑的正确开关机，电脑中重要的操作设备——“鼠标”的正确使用等内容。

2.1 使用电脑先开机——正确开启电脑 22



教学录像：本节内容配全程多媒体语音视频教程

Contents

2.1.1 正确打开电脑	22
2.1.2 有多个用户如何进行系统登录	23
2.2 电脑的“遥控板”——如何正确操作鼠标	24
 教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程	
2.2.1 认识鼠标按键的组成	24
2.2.2 手握鼠标的正确方法	26
2.2.3 什么是鼠标指针	26
2.2.4 指向操作	28
2.2.5 单击鼠标	29
2.2.6 双击鼠标	31
2.2.7 右击鼠标	31
2.2.8 拖动鼠标	32
2.3 使用完电脑就关机——正确关闭电脑	33
 教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程	
2.3.1 首先关闭所有程序	33
2.3.2 然后关闭电脑电源	34
 您问我答	35
问题01：如何切换或注销系统登录用户？	35
问题02：什么是电脑死机，并如何判断电脑已死机？	36
问题03：电脑死机后如何解决？	36
问题04：左撇子如何使用鼠标？	38
问题05：为什么有时操作鼠标，感觉鼠标不听使唤呢？	39

第3章 Windows XP系统快速入门 41

操作系统，是电脑正常工作的重要软件，也是其他应用软件工作的重要平台。本章主要给读者介绍当前使用最为广泛的Windows XP系统的入门知识，如系统桌面的管理与设置、窗口的应用，以及窗口图标的管理等内容。

3.1 我的桌面我做主——系统桌面的管理 42

 教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程	
3.1.1 Windows桌面由哪些组成的	42
3.1.2 如何在桌面上显示或创建常用图标	42
3.1.3 桌面图标很乱如何排列	45



目 录

3.1.4 将自己喜欢的图片设置为桌面背景	46
3.1.5 任务栏的管理与设置	48
3.2 人机对话平台——Windows 窗口的应用	52
 教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程	
3.2.1 什么是窗口	52
3.2.2 窗口由哪些对象组成	56
3.2.3 如何管理窗口	57
3.3 图标管理也重要——管理窗口中的图标	62
 教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程	
3.3.1 调整窗口中图标的排列顺序	62
3.3.2 按不同方式显示出图标	64
 您问我答	65
问题01：如何让系统自动清理桌面上长期不用的图标？	65
问题02：桌面上的任务栏在屏幕的左边，如何调整位置呢？	67
问题03：为什么我电脑中的“开始”菜单样式与书中介绍的不一样呢？	67
问题04：任务栏中显示的时间不正确，如何进行修改？	69
问题05：当打开的窗口过多时，如何快速显示桌面上的图标？	69

第4章 电脑打字轻松学.....71

电脑打字，是我们操作电脑的必备技能。无论是用电脑编写文章、上网查资料，还是网上聊天交流，都离不开电脑打字。本章主要介绍键盘的正确操作、汉字输入法的管理设置、常用拼音输入法与手写录入的具体使用。

4.1 电脑打字的输入工具——键盘的正确操作	72
4.1.1 键盘的组成	72
4.1.2 键盘指法的正确分工	75
4.1.3 通过金山打字练习指法	76
4.2 基本设置要掌握——输入法的基本设置	81
 教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程	
4.2.1 选择需要的输入法	81
4.2.2 如何将需要的输入法添加到输入法菜单中	82
4.2.3 如何将不用的输入法从输入法菜单中删除掉	84

Contents

4.3 简单易学——学用智能ABC拼音输入法 84

4.3.1 使用全拼方式输入汉字 84

4.3.2 使用简拼方式输入汉字 86

4.3.3 智能ABC输入法的使用技巧 87

4.3.4 使用金山打字练习拼音打字 89

4.4 实用好用——使用鼠标手写输入汉字 91



教学录像：本节内容配全程多媒体语音视频教程

4.4.1 在电脑中安装微软拼音输入法 91

4.4.2 使用鼠标手写功能来输入汉字 91



您问我答 93

问题01：输入法指示图标不见了怎么办？ 93

问题02：如何将自己常用的汉字输入法设置为系统的默认输入法？ 94

问题03：如果遇到不认识的汉字，如何查看汉字的拼音呢？ 95

问题04：选择一种中文输入法后，都有一个状态条，如何正确使用呢？ 95

问题05：在汉字录入中，如何录入一些中文标点符号呢？ 96

第5章 文件管理很重要 99

电脑中的任何信息，都是以文件方式进行存储的。因此，对文件管理是电脑操作中的必备技能。本章主要介绍什么是文件及文件夹，以及电脑中文件资源的管理操作。

5.1 掌握规律就轻松——文件管理的必知内容 100



教学录像：本节内容配全程多媒体语音视频教程

5.1.1 什么是文件和文件夹 100

5.1.2 文件在电脑中是如何存放的 102

5.1.3 如何查看自己电脑中的文件 104

5.2 当个电脑小管家——文件管理的相关操作 106



教学录像：本节内容配全程多媒体语音视频教程

5.2.1 如何在电脑中创建文件夹和文件 106

5.2.2 如何选择文件或文件夹对象 110

5.2.3 将重要的文件或文件夹进行复制 112

5.2.4 对存放位置不对的文件或文件夹进行移动 114

5.2.5 删除电脑中无用的文件或文件夹 115



5.2.6 将错误删除的文件或文件夹进行还原	118
------------------------------	-----

5.2.7 给文件或文件夹重新取个名字	119
---------------------------	-----



您问我答	120
-------------------	-----

问题01: 当不知道自己文件存放的位置时怎么办?	120
--------------------------------	-----

问题02: 如何让他人看不到自己的文件?	122
----------------------------	-----

问题03: 如何防止文件内容不让他人随意更改?	124
-------------------------------	-----

问题04: 为什么电脑中有些文件有扩展名, 有些没有呢? 如何查看?	125
--	-----

问题05: 如何将电脑中的文件刻录到光盘中?	126
------------------------------	-----

第6章 在电脑中听音乐、看影片和玩游戏 129

Windows XP系统也为我们提供了丰富的娱乐功能。使用系统自带的多媒体娱乐工具, 可以在电脑中播放音乐和影片。除此之外, 还提供了一些简单有趣的小游戏。本章主要介绍用电脑听歌、看影片与玩游戏的相关知识。

6.1 想听就听, 想看就看——听音乐、看影片	130
-------------------------------	-----



教学录像: 本节内容配全程多媒体语音视频教程

6.1.1 播放自己想听的音乐	130
-----------------------	-----

6.1.2 播放自己想看的影片	131
-----------------------	-----

6.2 想唱就唱——录下自己的声音	132
-------------------------	-----



教学录像: 本节内容配全程多媒体语音视频教程

6.2.1 将自己的声音录制下来	132
------------------------	-----

6.2.2 保存录音文件	133
--------------------	-----

6.3 想玩就玩——玩电脑系统中自带的游戏	134
-----------------------------	-----

6.3.1 玩扫雷游戏	134
-------------------	-----

6.3.2 玩纸牌游戏	137
-------------------	-----



您问我答	140
-------------------	-----

问题01: 为什么我的电脑播放音乐或影片时, 听不见声音呢?	141
--------------------------------------	-----

问题02: 如何用Windows Media Player播放音频CD?	141
--	-----

问题03: 为什么Windows Media Player的外面界面与书中不一样呢?	141
--	-----

问题04: 为什么有些音乐和视频文件无法播放呢?	142
--------------------------------	-----

Contents

第7章 让电脑满足自己的需求 145

对电脑工作的系统环境，我们可以根据自己使用需求，进行相关的设置。例如，可以在电脑中创建多个使用账户、在电脑中安装自己需要的软件，将不需要的软件进行删除等操作。

7.1 大家都可以用——在电脑中创建不同的账户 146



教学录像：本节内容配全程多媒体语音视频教程

7.1.1 为每个用户创建一个独立的系统账户 146

7.1.2 为账户设置登录密码 148

7.1.3 删除不需要的账户 149

7.2 让电脑健康显示——设置显示属性 150



教学录像：本节内容配全程多媒体语音视频教程

7.2.1 设置屏幕保护程序保护显示器 150

7.2.2 设置大字体方便显示 151

7.2.3 设置合理的分辨率和显示色彩 151

7.3 软件安装后才能使用——在电脑中正确安装软件 152



教学录像：本节内容配全程多媒体语音视频教程

7.3.1 如何在电脑中安装软件 152

7.3.2 如何删除不需要的软件 155



您问我答 157

问题01：如何更改电脑系统账户的登录密码？ 158

问题02：感觉显示屏内容在抖动，如何解决？ 159

问题03：屏幕上的内容太小，能否进行放大显示？ 160

问题04：从哪里可以得到软件的安装程序？ 161

问题05：在删除电脑中的软件时应该注意哪些事项？ 161

第8章 用Word编写一篇文章 163

在日常生活与工作中，经常需要用电脑编写一些资料信息。使用电脑编写资料，与传统的纸质手写资料相比，具有编辑快速、修改方便等优点。本章主要介绍使用Word字处理软件，录入与编排文章的相关知识。

8.1 入门操作很简单——掌握Word的基本操作 164



教学录像：本节内容配全程多媒体语音视频教程



目 录

8.1.1 启动与退出Word	164
8.1.2 录入一篇“健康资料”	166
8.1.3 保存“健康资料”文档	168
8.2 文档编辑也轻松——编辑与修订文档内容	169
 教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程	
8.2.1 文档内容的选择方法	169
8.2.2 移动与复制文档内容	170
8.2.3 查找与替换文档内容	172
8.3 设置格式才漂亮——为文档添加格式	175
 教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程	
8.3.1 为文档设置字体、字号、字形等字符格式	175
8.3.2 为文档设置常用的段落格式	177
8.3.3 在文档中插入图片来美化文档	182
8.4 打印文档出成果——将编辑好的文档打印出来	187
 教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程	
8.4.1 设置打印纸张的大小	187
8.4.2 打印之前先观看打印效果	188
8.4.3 通过打印机把文档打印在纸张上	189
 您问我答	190
问题01：如何为文档设置密码，以防止他人随意查看文档内容？	190
问题02：为了防止突然断电而丢失文档，如何让Word定时自动保存呢？	192
问题03：如何在文档中输入键盘无法直接输入的特殊符号？	193
问题04：怎样将其他文档中的内容复制到当前文档中？	194
问题05：在设置文档格式时，如何快速设置多处相同的格式？	194

第9章 网上冲浪一点通

197

随着电脑信息技术的发展和推广，无论是工作需求，还是生活娱乐，互联网的应用都已渗透到我们生活与工作的方方面面。网上有着非常丰富的信息资源。本章主要介绍电脑如何上网、网上冲浪的基本操作、网上信息的查找与下载方法等知识。

9.1 走近精彩的网上世界——使用浏览器浏览信息	198
---------------------------------------	------------



教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程

Contents

9.1.1 将电脑连接到互联网上	198
9.1.2 打开IE浏览器登录网站	199
9.1.3 如何浏览网上的信息	202
9.1.4 将需要的信息保存在自己的电脑中	204
9.2 “网遍”天下事——在网上快速查找所需信息	206
 教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程	
9.2.1 在网上快速查找新闻信息	206
9.2.2 在网上搜索图片信息	208
9.2.3 在网上搜索天气、股票、健康信息	208
9.2.4 在网上查找城市地图信息	210
9.2.5 在网上搜索音乐、电视、电影信息	212
9.2.6 在网上搜索软件信息	214
9.3 需要就下载——将信息下载到自己的电脑中	215
 教学录像： 本节内容配全程多媒体语音视频教程	
9.3.1 小资料使用IE浏览器直接下载	215
9.3.2 大资料使用专业工具软件下载	218
9.3.3 如何暂停/开始/删除下载任务	222
 您问我答	224
问题01：如何将自己常用的网站收藏起来？	224
问题02：如何管理或删除上网的历史记录？	225
问题03：怎样让浏览器一打开就登录到自己要访问的网站？	227
问题04：网上搜索与查找信息有什么技巧？	228
问题05：夜间下载大资源时如何让电脑下载完毕就自动关机？	229

第10章 与好友在网上沟通交流 231

使用互联网进行网上通信，已逐渐成为人与人之间交流的重要方式。无论距离有多远，只需短短几秒钟，即可给远方的朋友、亲人发去问候。本章主要介绍电子邮件的收发与网上及时沟通交流的知识。

10.1 打破传统书信——通信及时的电子邮件 232



教学录像：本节内容配全程多媒体语音视频教程

10.1.1 什么是电子邮件	232
10.1.2 如何申请一个电子邮箱	233