

一学必会

红宝书

新手学



电脑实用

技巧大全

博智书苑 编

本书内容

- 内容精练实用
- 全程图解教学
- 全新教学体例

易学易会
一学必会
轻松自学

- 精美图文排版
- 互动教学光盘

双色印刷
超长播放



DVD 教学光盘

380分钟多媒体视频与实例教材

航空工业出版社

一学必会 红宝书

新手学电脑 实用技巧大全

常州大学图书馆
藏书章

博智书苑 编

航空工业出版社

北京

内 容 提 要

本书针对电脑新手的学习需求,从零起步,详细讲解了新手学习电脑需要熟知和掌握的大量实用操作技巧。全书共分为三大篇,其中:第一篇(1~2章)为 Windows 系统设置篇,包括 Windows XP 和 Windows Vista 系统应用技巧;第二篇(3~6章)为办公与工具软件篇,包括 Word 2007、Excel 2007、PowerPoint 2007 和常用工具软件实用技巧;第三篇(7~8章)为网络应用与安全防范篇,包括网络应用技巧和电脑安全防范实用技巧等内容。

本书由专业电脑教育专家精心编写,通俗易懂,图文并茂,版式精美,并配有多媒体学习光盘,便于读者学习。本书非常适合刚学习电脑的新手作为速查手册,也可作为电脑爱好者和自学读者的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

新手学电脑实用技巧大全 / 博智书苑编. —北京:
航空工业出版社, 2010.6

(一学必会红宝书系列)

ISBN 978-7-80243-528-5

I. ①新… II. ①博… 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 089995 号

新手学电脑实用技巧大全

Xinshouxue Diannao Shiyong Jiqiao Daquan

航空工业出版社出版发行

(北京市安定门外小关东里 14 号 100029)

发行部电话: 010-64978486 010-64919539

北京市蓝迪彩色印务有限公司印刷

全国各地新华书店经售

2010 年 6 月第 1 版

2010 年 6 月第 1 次印刷

开本: 787×1092

1/16

印张: 20.25

字数: 500 千字

印数: 1-12000

定价: 39.80 元(附赠 DVD 视频光盘一张)

丛书简介

读过一本好书，像交了一个益友。——臧克家

对于刚学习电脑的初学者来说，选择一本适合自己的好书至关重要。《一学必会红宝书》由多年从事电脑教育的专家组精心策划编写而成，是一套专为初学者量身打造的系列丛书。翻开它，您就结识了一位良师益友；阅读它，您就能真正迈入电脑学习的殿堂！通过学习本套丛书，读者能够真正掌握电脑实际操作技能，从而得心应手地驾驭与使用电脑。

《一学必会红宝书》丛书包括以下书目：

1	新手学电脑八合一	6	中老年学电脑打字操作与上网
2	新手学 Office 全能办公	7	新手学 Photoshop 实用技术
3	新手学 Excel 办公实战	8	新手学 Photoshop 数码照片处理
4	新手学家庭电脑综合应用	9	新手学 AutoCAD 辅助设计
5	新手学电脑实用技巧大全	10	新手学系统安装、重装与电脑维护

本书导读

本书针对电脑新手的学習需求，从零起步，详细讲解了新手学习电脑需要熟知和掌握的大量实用操作技巧。全书共分为三大篇，其中：第一篇（1~2 章）为 Windows 系统设置篇，包括 Windows XP 和 Windows Vista 系统应用技巧；第二篇（3~6 章）为办公与工具软件篇，包括 Word 2007、Excel 2007、PowerPoint 2007 和常用工具软件实用技巧；第三篇（7~8 章）为网络应用与安全防范篇，包括网络应用技巧和电脑安全防范实用技巧等内容。

本书特色

《一学必会红宝书——新手学电脑实用技巧大全》具有以下几大特色：

1. 内容精炼实用、易学易用

本书在丛书内容和知识点的选择上更加精炼、实用与浅显易懂；在丛书内容和知识点的结构安排上逻辑清晰、由浅入深，符合读者循序渐进、逐步提高的学习习惯。

首先精选适合初学读者快速入门、轻松掌握的必备知识与技能，再配合相应的操作技巧，轻松阅读、易学易用，起到事半功倍、一学必会的效果。

2. 全程图解教学、一学必会

本书使用“全程图解”的讲解方式，以图为主、文字为辅。首先以简洁、清晰的文字对知识内容进行说明，再以图形的表现方式将各种操作直观地表现出来。在图形上添加“1、2、3、4……”操作序号与说明，更准确地对各知识点进行操作演示。形象地说，初学者只需“按图索骥”地对照图书进行操作练习和逐步推进，即可快速掌握电脑使用的丰富技能。

3. 全新教学体例、轻松自学

我们在编写本书时，非常注重初学者的认知规律和学习心态，每章都安排了“章前知

识导读”、“新手重点索引”、“光盘视频链接”、“学习成果验收”等板块，让读者可以高效学习。

- 章前知识导读：在每章的首页，简明扼要地介绍了本章将要学习的重点内容及学习时间等。
- 新手重点索引：介绍重点内容和知识点的页码标识，以便读者有选择地进行查阅。
- 光盘视频链接：对应光盘内容在章扉页上引导链接，方便读者学习。
- 学习成果验收：通过实战练习验收学习掌握情况，力求达到一学必会、举一反三的目的。

4. 精美排版、双色印刷

本书在版式设计及排版上，更加注重适合阅读与精美实用，并采用全程图解的方式排版，重点突出图形与操作步骤，便于读者进行查找与阅读。

本书使用双色印刷，完全脱离传统黑白图书的单调模式，既便于读者区分、查找与学习，又图文并茂、美观实用，让读者可以在一个愉快舒心的氛围中逐步完成整个学习过程。

5. 互动光盘、超长播放

本书配套交互式、多功能、超长播放的 DVD 多媒体教学光盘，既是与图书知识互补的多媒体教学光盘，又是一套具备完整教学功能的电脑学习软件。

适用读者

本书向读者讲解的是学习电脑操作的实用技巧，着重提高初学者解决实际问题的能力，非常适合以下读者群体阅读：

- (1) 没有任何电脑操作经验的零基础初学者。
- (2) 对电脑操作有些了解但不熟练的学习者。
- (3) 从事各种办公工作的公司在职人员。
- (4) 大中专院校的在校学生和社会电脑培训机构的学员。
- (5) 想在短时间内掌握电脑操作技能各类读者。
- (6) 其他电脑爱好者。

售后服务

如果读者在使用本书的过程中遇到问题或者有好的意见或建议，可以通过发送电子邮件（E-mail: zhuoyue@china-ebooks.com）或者通过网站：<http://www.china-ebooks.com> 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

第一篇 Windows 系统设置

Windows 系统是目前应用最为广泛的操作系统，本篇是 Windows 系统实战技巧与经验的精华总结，让您轻松体验 Windows 的强大功能，并熟练地对其驾驭。

第1章 Windows XP 系统应用技巧

1.1 Windows XP 设置技巧.....2

- 例 1 更换桌面图片.....2
- 例 2 更换系统主题.....2
- 例 3 修改屏幕保护图像.....3
- 例 4 改变系统外观.....3
- 例 5 设置屏幕分辨率.....3
- 例 6 关闭 Windows XP 自动升级功能.....4
- 例 7 彻底删除文件.....4
- 例 8 设置屏幕刷新频率.....4
- 例 9 自定义“开始”菜单.....5
- 例 10 清除最近打开的文档列表.....6
- 例 11 关闭电脑启动时搜索共享资源功能.....6
- 例 12 调整视觉效果为最佳性能.....6
- 例 13 增大虚拟内存.....7
- 例 14 修改文件关联程序.....7
- 例 15 让电脑时间与网络时间同步.....8
- 例 16 将 IE 收藏夹设置为首页.....8
- 例 17 禁用多余启动项.....10
- 例 18 拒绝分组相似任务栏.....10
- 例 19 恢复 Windows XP 经典菜单.....11
- 例 20 关闭系统还原功能.....11
- 例 21 关闭远程桌面功能.....11
- 例 22 禁用错误报告.....11
- 例 23 设置默认的浏览器.....12
- 例 24 在“开始”菜单中加入收藏夹.....12
- 例 25 缩短操作系统选择等待时间.....13
- 例 26 不让光驱自动播放.....13
- 例 27 添加开机启动程序.....14
- 例 28 调节图标间距.....14
- 例 29 在任务栏显示音量图标.....15
- 例 30 定制 Windows 启动欢迎信息.....15
- 例 31 让程序打开时窗口最大化.....16

1.2 Windows XP 操作技巧.....16

- 例 1 批量修改文件名.....16
- 例 2 快速输入大写字母.....17
- 例 3 Windows XP 定时关机.....17
- 例 4 释放剪贴板的内存.....17
- 例 5 显示隐藏的文件.....18
- 例 6 查看操作系统版本.....18
- 例 7 更改计算机名.....18
- 例 8 快速锁定电脑.....19
- 例 9 快速关机.....19
- 例 10 让软件安装后的设置快速生效.....20
- 例 11 临时阻止 U 盘自动运行.....20
- 例 12 批量修改文件扩展名.....20
- 例 13 找回快速启动栏.....21
- 例 14 让页面自动滚动.....21
- 例 15 为文件夹添加图片.....21
- 例 16 拖动文件的妙用.....22
- 例 17 调整任务栏高度.....23
- 例 18 一次关闭多个程序.....23
- 例 19 快速更换账户图片.....23
- 例 20 自动生成文件列表.....23
- 例 21 一键打开程序.....24
- 例 22 将常用文件夹添加到收藏夹.....24
- 例 23 检测系统文件完整性.....25
- 例 24 快捷合并文件的方法.....25
- 例 25 显示排列文件更多可用属性项.....26
- 例 26 删除磁盘无用的文件.....26
- 例 27 打开屏幕键盘.....27
- 例 28 让指针自动移动到默认按钮.....27
- 例 29 操作系统常用快捷键.....27
- 例 30 指定程序打开文件.....28
- 例 31 使用公文包同步更新文件.....29
- 例 32 在任务栏中添加程序图标.....29

1.3 Windows XP 高级技巧.....30

- 例 1 快速转换分区格式.....30
- 例 2 查看系统是否已经激活.....30
- 例 3 删除不需要的系统组件.....31



例 4	安装 Windows XP 不用输入 序列号	31
例 5	重建显示桌面图标	32
例 6	简单还原 Windows XP 注册表	32
例 7	屏蔽网络共享功能	33
例 8	查看网络连通情况	33
例 9	关闭 Dr.Watson 程序	33
例 10	加快菜单显示	34
例 11	关闭阅读 ZIP 文档夹功能	34
例 12	关掉不必要的服务	34
例 13	重装 Windows XP 不需再激活	35
例 14	关机时自动结束任务	35
例 15	彻底隐藏文件	36
例 16	不用密码进入 Windows XP	36
例 17	禁用注册表编辑器	36
例 18	解除注册表编辑器禁用状态	37
例 19	禁止直接从 IE 浏览器下载文件	37
例 20	让 IE 窗口打开最大化	37
例 21	清除无用的动态链接库	38
例 22	隐藏硬盘分区	38
例 23	减少开机滚动条次数	38
例 24	加快硬盘读取速度	39
例 25	修改分区图标	39
例 26	让电脑死机时自动重启	40
例 27	加快关机速度	40
例 28	快速查看网络参数	40

例 13	更改窗口颜色	47
例 14	设置桌面背景	48
例 15	设置屏幕保护程序	48
例 16	更改系统声音	49
例 17	调换鼠标左右键的功能	49
例 18	设置鼠标指针的显示图标	49
例 19	更改主题	50
例 20	更改屏幕刷新频率	50
例 21	使 Windows 边栏在开机时 不运行	51
例 22	添加可以通过 Windows 防火墙 的程序	51
例 23	自定义 Windows 自动更新	52
例 24	创建新用户	52
例 25	为低权限用户设置权限	53
例 26	删除用户账户	53
例 27	创建账户密码	54
例 28	自定义程序访问和计算机 的默认值	55
例 29	修改时间和日期的显示格式	55
例 30	自定义自动播放功能	56
例 31	禁用远程协助	56
例 32	显示文件扩展名	57
例 33	关闭 Superfetch	57
例 34	关闭 UAC	58
例 35	隐藏文件或文件夹	58
例 36	显示隐藏的文件或文件夹	59
例 37	建立新的网络连接	59
例 38	如何连接网络	60
例 39	在“开始”菜单中添加经常 使用的程序的快捷方式	61
例 40	更换文件夹图标	62
例 41	批量更改 JPEG 格式图片文件 的详细资料	63
例 42	更改程序的兼容模式	63
例 43	禁用虚拟内存	64
例 44	还原驱动器版本	65
例 45	禁用同步中心	66
例 46	优化开机速度	67
例 47	设置 Windows Vista 视觉效果 优化系统性能	67
例 48	关闭 Windows Vista 节能设置	68

第2章 Windows Vista 系统应用技巧

2.1 Windows Vista 设置技巧

例 1	显示系统图标	42
例 2	在小工具栏处添加便笺	42
例 3	更改桌面显示图标的大小	43
例 4	更改时间和日期	43
例 5	更改开始菜单显示方式	43
例 6	使音量图标在通知区域显示	44
例 7	调节音量	44
例 8	隐藏通知区域的 QQ 图标	44
例 9	使相似任务在任务栏分组显示	45
例 10	调整任务栏的大小与位置	45
例 11	设置输入法的默认语言	46
例 12	更改桌面图标的显示图案	46

例 49 开启 Windows Vista 系统的 磁盘定额功能	69	例 7 使用屏幕键盘	72
2.2 Windows Vista 操作技巧	69	例 8 启动 Microsoft 讲述人	72
例 1 搜索文件	70	例 9 启用视频预览	73
例 2 卸载程序	70	例 10 启用幻灯片放映图片	73
例 3 利用任务管理器关闭没有响应 的程序	70	例 11 安全退出移动硬件	73
例 4 启动语音识别	71	例 12 进行磁盘清理	74
例 5 在桌面上创建特定文件的 快捷方式	71	例 13 使用“软件资源管理器”查看 或管理启动程序	74
例 6 快速打开程序所在的文件夹	72	例 14 使用 Windows 日历添加计划	75
		例 15 从回收站里恢复已删除的数据	75
		例 16 彻底删除文件的三种方法	76

第二篇 办公与工具软件

本篇将详细介绍办公与工具软件的大量实用技巧，其中包括 Word 2007、Excel 2007、PowerPoint 2007 以及一些常用工具软件的使用技巧，读者应熟练掌握。

第3章 Word 2007 办公实用技巧

3.1 Word 2007 文字编辑技巧	78	例 22 使用排序功能	88
例 1 设置字体格式的三种方法	78	例 23 为文字添加着重号	89
例 2 调整字符间距	79	例 24 添加批注	89
例 3 为生僻字添加拼音	79	例 25 定义批注方式	89
例 4 清除格式	80	例 26 查找 Word 文档中的拼写和 语法错误	90
例 5 设置断字形式	80	例 27 对文档内容进行修订	90
例 6 调换段落位置的两种方法	80	例 28 拒绝或接受修订	91
例 7 设置段落间距及行间距	81	例 29 添加脚注	91
例 8 快速复制并使用其他段落的格式	82	例 30 添加手动目录	91
例 9 插入小节符	82	例 31 自动生成目录	92
例 10 插入生僻字	83	例 32 更新目录	93
例 11 输入公式	83	例 33 插入引文	93
例 12 插入上标	84	例 34 生成书目	94
例 13 插入带圈字符	84		
例 14 插入带声调的汉语拼音	84	3.2 Word 2007 表格处理技巧	94
例 15 使用替换功能	85	例 1 快速插入表格	95
例 16 更改文字方向	85	例 2 精确插入表格	95
例 17 自定义项目符号	86	例 3 自由绘制表格	95
例 18 设置超链接	86	例 4 插入 Excel 电子表格	96
例 19 设置首字下沉	87	例 5 快速插入带样式表格	96
例 20 自定义标题样式	87	例 6 选择整行或整列的两种方法	97
例 21 套用已定义好的标题格式	87	例 7 手动调整表格的行高和列宽	97
		例 8 精确设置行高和列宽	98



例 9	在单元格中插入斜线	99	例 28	插入 SmartArt 图形	117
例 10	插入行或列	99	例 29	改变 SmartArt 图形中单个图形的形状	117
例 11	删除整行或整列	99	例 30	使用绘图画布	118
例 12	删除单元格	100			
例 13	合并单元格	100	3.4 Word 2007 页面设置技巧	118	
例 14	拆分单元格	100	例 1	拆分窗口	118
例 15	将表格转换成文本	101	例 2	调整 Word 文档中页面显示比例	119
例 16	将文本转换为表格	101	例 3	如何分栏	119
例 17	使用擦除工具	102	例 4	插入页眉	120
例 18	使用排序功能	102	例 5	插入页码	120
例 19	利用公式求和	103	例 6	添加边框和底纹	121
例 20	设置表格中内容的对齐方式	103	例 7	在 Word 文档中插入水平线	121
			例 8	更改水平线样式	122
3.3 Word 2007 图形应用技巧	103		例 9	添加自定义的水印效果	122
例 1	插入文本框	103	例 10	插入分隔符	123
例 2	移动文本框	104	例 11	利用标尺调整段落格式	123
例 3	更改文本框大小的两种方法	104	例 12	设置段落的缩进量	124
例 4	设置文本框的填充效果	105	例 13	自定义页边距	124
例 5	更改文本框的边框样式	105	例 14	设置纸张的方向	125
例 6	更改文本框的形状	106	例 15	设置纸张大小	125
例 7	插入图片	106			
例 8	裁剪图片	106	3.5 Word 2007 其他应用技巧	126	
例 9	设置图片与文字的布局方式	107	例 1	为 Word 文件设置密码	126
例 10	旋转图片的两种方法	108	例 2	使用 Word 模板	127
例 11	精确设置图片大小	109	例 3	转存文档为 Word 模板	128
例 12	给图片添加题注	109	例 4	设置使用记录的显示数量	128
例 13	插入艺术字	110	例 5	增强 Word 文档的兼容性	128
例 14	更改艺术字的形状	110	例 6	撤销连续的多步操作	129
例 15	设置艺术字的间距	111	例 7	使用翻译功能	129
例 16	设置艺术字阴影效果	111	例 8	开启屏幕翻译提示	129
例 17	如何使艺术字中的英文字母等高	112	例 9	添加书签	130
例 18	重新编辑已插入的艺术字	112	例 10	使用阅读版式视图浏览 Word 文档	130
例 19	插入自选图形	112	例 11	使用大纲视图浏览 Word 文档	131
例 20	绘制任意多边形	113	例 12	使用文档结构图快速查找内容	132
例 21	利用鼠标绘制任意图形	113	例 13	自定义快速访问工具栏	132
例 22	重置任意多边形的顶点	113	例 14	取消显示段落标记	132
例 23	设置图形的三维立体效果	114	例 15	使用并排查看和同步滚动功能	133
例 24	对齐多个图形	115	例 16	使用切换窗口功能	133
例 25	调整多个图形的层叠位置关系	115	例 17	自定义浏览对象	134
例 26	组合或取消组合多个图形	116			
例 27	插入剪贴画	116			

第4章 Excel 2007 办公实用技巧

4.1 Excel 2007 表格编辑技巧.....136

- 例 1 单元格选择技巧.....136
- 例 2 选中整行或整列.....136
- 例 3 插入行或列.....137
- 例 4 删除单元格.....137
- 例 5 合并单元格.....138
- 例 6 自动调整行高或列宽.....138
- 例 7 设置行高和列宽为固定值.....139
- 例 8 复制粘贴表格内容.....139
- 例 9 设置单元格对齐方式.....140
- 例 10 设置单元格的边框和颜色.....140
- 例 11 使用“条件格式”设置
单元格格式.....141

4.2 Excel 2007 图表应用技巧.....141

- 例 1 插入图表.....141
- 例 2 修改图表标题.....142
- 例 3 添加坐标轴名称.....142
- 例 4 设置图表背景墙和图表基底.....143
- 例 5 修改图表类型.....143
- 例 6 添加图表数据标签.....144
- 例 7 移动图表.....145
- 例 8 为图表的数据系列添加
数据趋势线.....145
- 例 9 创建图表模板.....146
- 例 10 使用图表模板.....146
- 例 11 调整图表中三维图形的
旋转角度.....147
- 例 12 制作函数图像.....147
- 例 13 更改图表数据区域.....148

4.3 Excel 2007 函数应用技巧.....149

- 例 1 使用公式求平均值.....149
- 例 2 自定义公式求值.....150
- 例 3 利用函数转换大写字母.....150
- 例 4 使用函数求四舍五入值.....151
- 例 5 使用 IF 函数进行数据选择.....152
- 例 6 显示公式.....153
- 例 7 追踪引用单元格.....153
- 例 8 设置函数数据计算条件.....153

4.4 Excel 2007 数据处理技巧.....154

- 例 1 设置日期格式.....154
- 例 2 设置数字格式.....155
- 例 3 快速填充数据.....155
- 例 4 填充系列.....155
- 例 5 自定义填充.....156
- 例 6 编辑填充列表.....157
- 例 7 自定义排序.....157
- 例 8 使用自动筛选功能.....158
- 例 9 进行高级筛选.....159
- 例 10 进行分类汇总.....159
- 例 11 创建数据透视表.....160
- 例 12 设置数据透视表的布局及样式.....161
- 例 13 进行合并计算.....162
- 例 14 设置数据有效性.....163
- 例 15 复制粘贴由公式产生的数据.....163

4.5 Excel 2007 页面设置技巧.....164

- 例 1 自定义页边距.....164
- 例 2 设置打印区域.....164
- 例 3 添加工作表背景.....165
- 例 4 添加打印标题.....165
- 例 5 插入页码.....166

4.6 Excel 2007 其他应用技巧.....167

- 例 1 使用 Excel 模板.....168
- 例 2 设置新建工作簿中工作表的个数.....168
- 例 3 重命名工作表.....168
- 例 4 新建工作表.....169
- 例 5 删除工作表.....170
- 例 6 移动工作表.....170
- 例 7 拆分窗口.....170
- 例 8 隐藏窗口.....171
- 例 9 显示已隐藏的窗口.....171
- 例 10 在快速访问工具栏中添加
选择性粘贴按钮.....171
- 例 11 使用工作表保护.....172
- 例 12 设置工作表标签的颜色.....173
- 例 13 在工作表中插入组合框.....173
- 例 14 设置保存自动恢复信息
时间间隔.....174
- 例 15 在单元格中插入斜线.....174



例 16	设置 Excel 工作簿属性	175
例 17	为单元格添加批注	176
例 18	隐藏/显示工作表	176
例 19	将 Excel 表格转换为图片	177
例 20	使用定位功能快速查找 数据信息	177
例 21	进行兼容性检查	178

第 5 章 PowerPoint 2007 办公实用技巧

5.1 PowerPoint 2007 外观设置技巧 ..180

例 1	新建幻灯片	180
例 2	编辑或修改幻灯片母板	180
例 3	编辑幻灯片母版	180
例 4	将幻灯片保存为模板	181
例 5	使用幻灯片模板	182
例 6	使用幻灯片主题	182
例 7	选择主题的配色方案	183
例 8	设置单张幻灯片的背景样式	183
例 9	使用重用幻灯片	184
例 10	隐藏幻灯片	184
例 11	调整插入图片的亮度和对比度	185
例 12	对图片重新着色	185
例 13	设置图片中的透明色	186
例 14	使用主题效果	186

5.2 PowerPoint 2007 对象插入 应用技巧

例 1	在幻灯片中插入页眉和页脚	187
例 2	在幻灯片中插入 Excel 文件	187
例 3	在幻灯片中插入声音剪辑	188
例 4	设置幻灯片放映时声音剪辑 的音量	189
例 5	隐藏幻灯片中声音剪辑的图标	189
例 6	录制声音	190
例 7	实现幻灯片内部链接	190
例 8	取消超链接	191
例 9	修改超链接字体颜色	191
例 10	在幻灯片中插入影片剪辑	191
例 11	将图片裁剪成任意形状	192
例 12	插入返回按钮	193
例 13	导入 Word 文档大纲	194

例 14	将文字内容转换为 SmartArt 图形	195
例 15	加 SmartArt 图形中的模块	195
例 16	改变 SmartArt 图形中模块的 级别	195

5.3 PowerPoint 2007 动画应用技巧 ..196

例 1	使用幻灯片切换效果	196
例 2	添加幻灯片切换的声音效果	197
例 3	添加自定义动画	197
例 4	修改自定义动画设置	197
例 5	更改或删除已添加的自定义动画	198
例 6	编辑动画路径	198

5.4 PowerPoint 2007 幻灯片 放映技巧

例 1	从头开始放映幻灯片	199
例 2	从当前页开始放映幻灯片	199
例 3	使幻灯片非全屏放映	200
例 4	结束放映幻灯片	200
例 5	自定义幻灯片放映	201
例 6	设置幻灯片的放映分辨率	201
例 7	自动播放幻灯片	202
例 8	放映过程中实现幻灯片的 跳跃播放	202
例 9	在幻灯片放映时对内容进行标记	202
例 10	在幻灯片放映过程中进行 程序切换	203
例 11	放映隐藏的幻灯片	203

5.5 PowerPoint 2007 其他应用技巧 ..203

例 1	设置最多可取消操作数	203
例 2	调整演示文档的显示大小	204
例 3	添加并查看备注	204
例 4	添加/删除批注	205
例 5	用一张纸打印多张幻灯片	205
例 6	压缩 PowerPoint 文件中图片	206
例 7	使用幻灯片浏览视图	206
例 8	录制旁白	207
例 9	使用排练计时	207
例 10	用 PowerPoint 创建相册	208
例 11	编辑相册	208

- 例 12 在 Word 文档中创建 PowerPoint 讲义 209
- 例 13 打包 PowerPoint 演示文稿 210

第 6 章 常用工具软件实用技巧

6.1 压缩软件应用技巧 212

- 例 1 WinRAR 压缩后自动关机 212
- 例 2 提前知晓文件压缩大小 212
- 例 3 用 WinRAR 给压缩包添加注释 213
- 例 4 WinRAR 批量压缩文件 213
- 例 5 快速解压单一文件 213
- 例 6 快速向压缩包里添加文件 214
- 例 7 用 WinRAR 合并文档 214
- 例 8 修复压缩文件 214
- 例 9 使用 WinRAR 为压缩文件加密码 215
- 例 10 设置默认压缩密码 215
- 例 11 将压缩项目分卷压缩 216
- 例 12 使用解压选项解压文件 216
- 例 13 查看压缩包中的项目 217
- 例 14 使压缩包内项目以平面文件夹方式显示 217
- 例 15 向压缩包内添加压缩项目 217
- 例 16 为压缩文件添加注释 218
- 例 17 用 WinRAR 连接 MP3 片段 218
- 例 18 设置压缩文件的时间 219
- 例 19 使用 WinZip 直接查看图片 219
- 例 20 使用 WinZip 同时解压多个压缩文件 219
- 例 21 分卷压缩文件 220
- 例 22 使用 WinZip 为压缩文件加密 220
- 例 23 在不同压缩文档间移动内部文件 221

6.2 影音软件应用技巧 221

- 例 1 使用 Windows Media Player 管理本地多媒体文件 221
- 例 2 缩短 Windows Media Player 网络播放等待时间 222
- 例 3 清洁 Windows Media Player 窗口 222
- 例 4 在 Windows Media Player 中创建播放列表 223

- 例 5 为 Windows Media Player 媒体库添加文件 224
- 例 6 禁止 Windows Media Player 自动添加文件 224
- 例 7 删除 Windows Media Player 媒体库中的项目 225
- 例 8 在 Windows Media Player 中创建自动播放列表 225
- 例 9 在 Windows Media Player 中进行视频设置 226
- 例 10 在 Windows Media Player 中调节音量差别 226
- 例 11 设置 Windows Media Player 检查更新的频率 226
- 例 12 设置 Windows Media Player 视频边框的颜色 227
- 例 13 向千千静听的播放列表中
添加项目 227
- 例 14 在千千静听中创建播放列表 228
- 例 15 设置千千静听中播放列表、
均衡器、歌词秀的显示与隐藏 228
- 例 16 调整千千静听中的歌词
显示时间 228
- 例 17 在千千静听中编辑歌词 229
- 例 18 使千千静听的歌词以桌面
显示方式呈现 229
- 例 19 使用千千静听迷你窗口 229
- 例 20 从千千静听窗口打开音频文件 230
- 例 21 设置千千静听自动检查更新
的频率 230
- 例 22 更换千千静听的皮肤 230
- 例 23 自定义千千静听的快捷键 230
- 例 24 在快速启动栏创建千千静听
快捷方式 231
- 例 25 复制粘贴千千静听中播放歌曲
的歌词 231
- 例 26 在千千静听中对音频文件进行
格式转化 232
- 例 27 在千千静听播放列表中
快速定位 232
- 例 28 快速定位千千静听播放列表中
歌曲的位置 233



例 29	断点续看未看完的电影	233
例 30	使用暴风影音切换声道	233
例 31	让暴风影音跳过片头	234
例 32	将 RM 视频转换为 MP4 格式	234
例 33	使用格式工厂转换视频到 VOB 格式	235
例 34	使用格式工厂制作 GIF 动画	236
例 35	使用格式工厂转换图片	236
例 36	使用格式工厂合并影音文件	237
6.3 超级兔子应用技巧		238
例 1	使用超级兔子修复 IE 浏览器	238
例 2	使用超级兔子优化系统	238
例 3	使用超级兔子清理系统垃圾	238
例 4	使用超级兔子设置文件安全	239
例 5	使用超级兔子整理内存	240
例 6	使用超级兔子备份系统	240
6.4 优化大师应用技巧		241
例 1	使用优化大师清理上网痕迹	241
例 2	使用优化大师卸载软件	241
例 3	使用优化大师禁用 USB 设备的自动运行	242
例 4	使用优化大师对开机/关机速度进行优化	242
例 5	使用优化大师对系统进行清理	243
例 6	使用优化大师进行磁盘空间分析	243
例 7	在优化大师中进行启动设置	244
例 8	使用优化大师删除无用的快捷命令	244
例 9	使用优化大师对 IE 收藏夹进行校验	245
例 10	使用优化大师为右键菜单添加背景	245
例 11	使用优化大师设置系统启画面	246
例 12	使用优化大师破解主题	247
例 13	使用优化大师修改系统临时文件夹	247
例 14	使用优化大师设置系统外观	248
例 15	使用优化大师对任务栏进行设置	248

第三篇 网络应用与安全防范

互联网已经成为人们工作和生活中不可或缺的重要组成部分,通过它可以浏览与使用丰富的网络资源,实现零距离沟通等。本篇将介绍网络应用与安全防范方面的实用技巧。

第7章 网络应用技巧

7.1 网络浏览实用技巧		250
例 1	使用快速导航选项卡	250
例 2	快速输入网址	250
例 3	屏蔽网站弹出的广告	250
例 4	清空 IE 临时文件	251
例 5	快速选中域名	251
例 6	更改 IE 默认搜索程序	252
例 7	快速打开已预设的主页	252
例 8	移动 IE 临时文件夹	253
例 9	打印网页前进行页面设置	253
例 10	设置网页的显示比例	254
例 11	调节网页文字大小	254
例 12	查看网页源文件	255
例 13	订阅网页源	255
例 14	删除已订阅的源	255
例 15	对源进行设置	256
例 16	使菜单栏显示在浏览器窗口中	256
例 17	自定义 IE 工具栏	257
例 18	设置 IE 的默认颜色	257
例 19	搜索忽略的词	258
例 20	搜索完整的词	258
例 21	搜索地图	258
例 22	使用百度快照浏览网页	259
例 23	排除某个关键词的搜索	259
例 24	包含某个关键词搜索	259
例 25	包含多个关键词中的任意一个的搜索	260
例 26	搜索网页标题	260

例 9	下载 iku 爱酷	277
例 10	向土豆网上传视频	278
例 11	下载土豆小软件	278
例 12	取消飞速土豆的开机自动 运行功能	278
例 13	使用飞速土豆的状态检测	279
例 14	使用飞速土豆导出视频	279
例 15	使用土豆网的“一键转帖” 功能	280
例 16	将土豆网上的视频转帖到 博客或 BBS 上	280
例 17	利用百度搜索并试听音乐	281
例 18	利用迅雷搜索并观看在线视频	281
例 19	在 QQLive 上进行节目预定	282
例 20	使用 QQLive 搜索并观看 电视节目	282
例 21	对 QQLive 进行关闭设置	283
例 22	快速加入 QQ 游戏	283
例 23	为 QQ 游戏中的游戏桌 添加密码	284

8.1	系统安全实用技巧	286
例 1	使用 360 安全卫士修补系统漏洞	286
例 2	有选择地开启 360 防火墙	286
例 3	为 Symantec AntiVirus 设置 排除文件	287
例 4	使用 Symantec AntiVirus 恢复 被删除的文件	287
例 5	使用 Symantec 在线扫描	288
例 6	使用 Symantec AntiVirus 定时扫描	289
例 7	判断电脑中毒的技巧	289
例 8	添加卡巴斯基安全程序	289
例 9	加快卡巴斯基扫描速度	290
例 10	备份卡巴斯基的病毒库	291
例 11	设置卡巴斯基保护范围	291
例 12	创建瑞星杀毒目标文件夹的 快捷方式	292
例 13	禁止 IE 的历史记录功能	292
例 14	删除并禁止 IE 记录登录信息	293



例 15	返回原有的驱动程序	293	例 11	磁盘格式化后使用 EasyRecovery 恢复文件	301
例 16	备份硬件配置文件	294	例 12	限定 Word 文档部分内容的 修改权限	302
例 17	修复 IE 主页	294	例 13	防范 Word 中的宏病毒	303
例 18	用 Syskey 设置双重密码	295	例 14	为 Excel 工作表加密码	303
例 19	创建 Windows XP 的 U 盘密码 启动盘	295	例 15	为 Excel 工作簿加密码	303
8.2 信息文件安全实用技巧		296	例 16	保护 Excel 中特定单元格 的内容	303
例 1	设置 BIOS 开机密码	296	例 17	修复压缩文件	304
例 2	禁止使用任务管理器注销账户	296	例 18	加密文件	304
例 3	关闭用户快速切换功能	297	例 19	不显示上次登录的用户名	305
例 4	为屏幕保护加密码	297	例 20	单独清除“运行”对话框中的 操作记录	305
例 5	为用户指派权限	298	例 21	退出 IE 时自动清空临时文件夹 ..	306
例 6	限定密码长度	298	例 22	360 安全卫士清理使用痕迹	306
例 7	防止 U 盘数据丢失	299	例 23	清空 Windows 日志	306
例 8	修改文件扩展名以保护文件	300			
例 9	修改文件图标保护文件	300			
例 10	使用 EasyRecovery 恢复被删除 的文档	300			

章前知识导读

本章从三个方面介绍了 Windows XP 系统应用技巧。读者通过学习该章技巧，可以打造个性化的系统显示风格、可以实现快速有效的系统操作、可以修改高级参数提升系统性能。

Windows XP 系统应用技巧

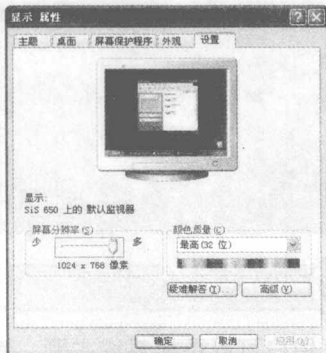
新手重点索引

Windows XP 设置技巧 ②

Windows XP 操作技巧 ⑩

Windows XP 高级技巧 ③⑥

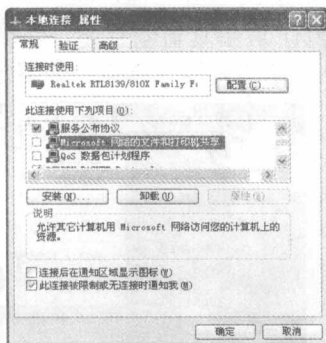
光盘视频链接



设置显示属性



设置高级外观



设置网络共享



Windows 任务管理器



1.1 Windows XP 设置技巧

在使用 Windows XP 操作系统的过程中，用户可以根据自己的需要和喜好进行个性化设置，如设置桌面主题与外观、自定义桌面背景、定制任务栏等。下面将详细介绍有关 Windows XP 操作系统设置的相关技巧。

例1 更换桌面图片

用户可以用自己喜欢的图片作为桌面，具体操作方法如下：

STEP 01 右击桌面空白处，在弹出的快捷菜单中选择“属性”选项，如下图所示。



STEP 02 弹出“显示 属性”对话框，选择“桌面”选项卡，在“背景”列表框中选择系统提供的选项，选中某个选项后可以在上方预览效果，如下图所示。



STEP 03 单击“浏览”按钮，弹出“浏览”对话框，用户可以查找自己喜欢的图片，选择图片文件，单击“打开”按钮，如下图所示。



STEP 04 返回“显示 属性”对话框，单击“确定”按钮即可，效果如下图所示。



例2 更换系统主题

用户可以更换系统主题，使窗口、对话框等显示不同的风格，操作方法如下：

STEP 01 右击桌面空白处，在弹出的快捷菜单中选择“属性”选项，如下图所示。

