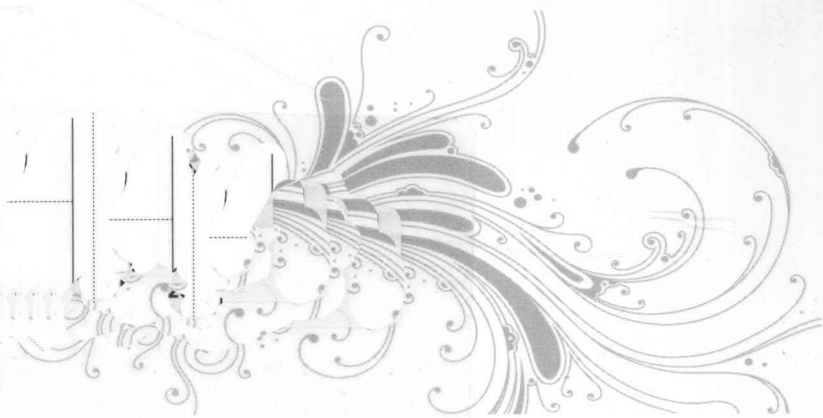
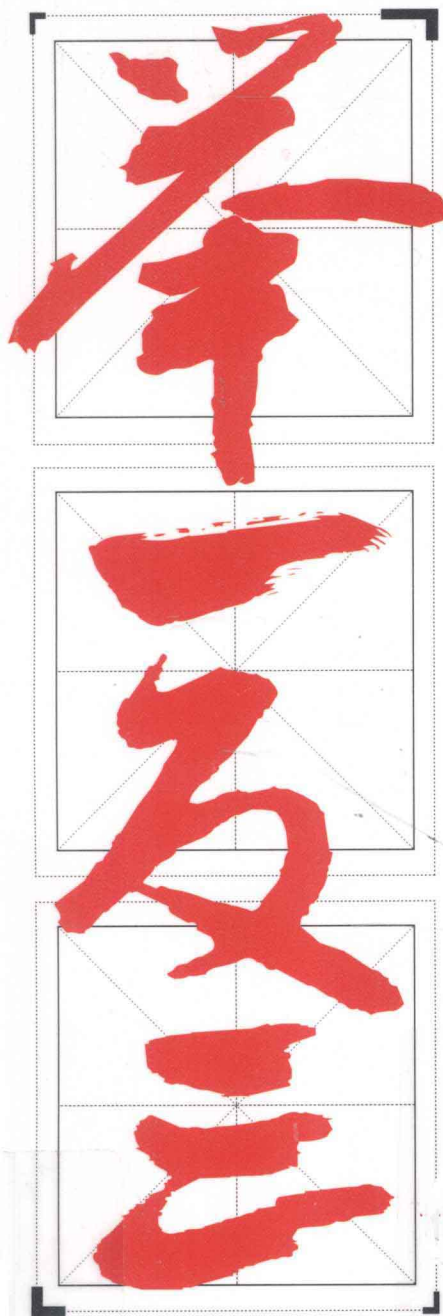




电脑常用工具软件 技巧总动员

企鹅工作室 费一峰 编著



- ▶ **知识全面** 全面讲解虚拟机工具、安全防护工具、文件文档工具、音频视频工具和图片浏览与管理工具等电脑常用工具软件的使用技巧
- ▶ **技巧实用** 全书以应用技巧为主，包含50多个热点快报+200多个知识小栏目+200多个应用技巧+1000多张步骤图片
- ▶ **情景教学** 安排两个大框架、4组小栏目，打造情景学习模式，启发读者思考，达到快速上手、举一反三的目的
- ▶ **书盘结合** 配套多媒体超值教学光盘，直观、生动、互动性强，实现与书中知识相互结合、互相补充

清华大学出版社

举一反三

电脑常用工具软件技巧总动员

企鹅工作室 费一峰 编著

清华大学出版社

北 京

内 容 简 介

本书主要针对初、中级读者的需求,从零开始、系统全面地讲解电脑常用工具软件的操作步骤与应用技巧。

全书共分为 14 个专题、两个附录,主要内容包括:电脑好帮手——虚拟机工具使用技巧、电脑卫士——安全防护工具使用技巧、电脑必备——文件文档工具使用技巧、休闲娱乐——音频视频工具使用技巧、生活必备——图片浏览与管理工具使用技巧、影子捕捉能手——图像捕捉工具使用技巧、冲浪多体验——浏览器使用技巧、上网必备——上传下载工具使用技巧、网上娱乐多——通信工具使用技巧、胜过彩电——网络电视工具使用技巧、自己的多媒体——刻录工具使用技巧、系统卫士——系统维护工具使用技巧、办公好帮手——Word 办公工具使用技巧、办公必备——Excel 办公工具使用技巧、常用电脑软件介绍、常用网址大全等。

本书具有内容精炼、技巧实用,实例丰富、通俗易懂,图文并茂、以图析文,版式精美、双色印刷,配套光盘、互补学习等特点。本书及配套多媒体光盘非常适合初、中级读者选用,也可以作为高职高专相关专业和电脑短训班的培训教材。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

电脑常用工具软件技巧总动员/企鹅工作室,费一峰编著. —北京:清华大学出版社,2011.5

(举一反三)

ISBN 978-7-302-25279-5

I. ①电… II. ①企… ②费… III. ①软件工具—基本知识 IV. ①TP311.56

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 056759 号

责任编辑:邹 杰

封面设计:杨玉兰

责任校对:王 晖

责任印制:何 芊

出版发行:清华大学出版社

<http://www.tup.com.cn>

社 总 机:010-62770175

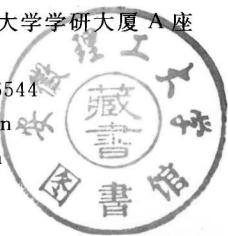
投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座

邮 编:100084

邮 购:010-62786544



印 刷 者:北京密云胶印厂

装 订 者:北京市密云县京文制本装订厂

经 销:全国新华书店

开 本:185×260 印 张:16 插 页:1 字 数:453 千字

附光盘 1 张

版 次:2011 年 5 月第 1 版

印 次:2011 年 5 月第 1 次印刷

印 数:1~5000

定 价:38.00 元

产品编号:038067-01

丛书序



学电脑有很多方法，更有很多技巧。一本好书，不仅能让读者快速掌握基本知识、操作方法，还应让读者能够无师自通、举一反三。

基于上述目的，清华大学出版社精心打造了品牌丛书——“举一反三”。本系列丛书作者精心挑选了最实用、最精炼的内容，采用一个招式对应一个技巧，同时补充讲解一个知识点的叙述方式。此外书中还穿插“内容导航、热点快报、知识补充、注意事项、专家坐堂、举一反三”等众多小栏目，采用双栏的紧凑排版方式，配合步骤、技巧，以重点、难点相对突出的精美双色印刷，并配套大容量的多媒体教学光盘，使读者能够参照书中的实际操作步骤、对照光盘快速开展实战演练，从而达到“举一反三”的目的。

丛书主要内容

如果您是一名电脑初、中级读者，那么“举一反三”丛书正是您所需要的。本丛书覆盖面广泛、知识点全面，已出版书目如下所示。

批 次	图书品种
第一批	《网上冲浪技巧总动员》
	《Windows Vista 技巧总动员》
	《Office 2007 办公技巧总动员》
	《Word 2007 排版及应用技巧总动员》
	《Excel 2007 表格处理及应用技巧总动员》
	《系统安装与重装技巧总动员》
	《数码照片拍摄与处理技巧总动员》
	《家庭 DV 拍摄与处理技巧总动员》
	《电脑硬件与软件技巧总动员》
	《电脑故障排除技巧总动员》
	《BIOS 与注册表技巧总动员》
	《电脑安全防护技巧总动员》



续表

批 次	图书品种
第二批	《AutoCAD 2010 机械绘图技巧总动员》
	《AutoCAD 2010 建筑绘图技巧总动员》
	《Flash CS5 动画设计技巧总动员》
	《Excel 2010 表格处理及应用技巧总动员》
	《Office 2010 办公应用技巧总动员》
	《Photoshop CS5 数码照片处理技巧总动员》
	《Windows 7 技巧总动员》
	《Word 2010 排版及应用技巧总动员》
	《炒股入门技巧总动员》
	《电脑常用工具软件技巧总动员》
	《电脑黑客攻防技巧总动员》
	《家庭电脑应用技巧总动员》
	《老年人学电脑技巧总动员》
	《淘宝网开店与交易技巧总动员》
	《网上开店与推广技巧总动员》
	《五笔打字与 Word 排版技巧总动员》
	《五笔字型速查技巧总动员》

丛书主要特色

作为一套面向初、中级读者的系列丛书,“举一反三”丛书具有“内容精炼、技巧实用”,“全程图解、轻松阅读”,“情景教学、快速上手”,“精美排版、双色印刷”,“书盘结合、互补学习”五大特色。

☒ 内容精炼 技巧实用

每本图书均挑选精炼、实用的内容,循序渐进地展开讲解,符合读者由浅入深、逐步提高的学习习惯。语言讲解准确、简明,读者不需要经过复杂的理解和思考,即可明白所学习的知识。

本丛书以应用技巧为主,操作步骤为辅,理论知识为补充;采用一个招式对应一个技巧,同时补充讲解一个知识点的叙述方式。对于各种需要操作练习的知识,都以操作步骤的方式进行讲解,让读者在大量的操作步骤和应用技巧中,逐步培养动手实践的能力。



☒ 全程图解 轻松阅读

本丛书采用“全程图解”的讲解方式，在以简洁、清晰的文字对知识内容进行说明后，以图形的表现方式，将各种操作步骤直观地表现出来。基本上是一个操作步骤对应一个图形，且在图形上添加步骤序号与说明，更准确地对各知识点进行操作演示，这样，既节省了版面，又增加了可视性，使读者感到轻松易学。

☒ 情景教学 快速上手

本丛书非常注重读者的学习规律和学习心态，安排了“内容导航、热点快报”学习大框架，以及“知识补充、注意事项、专家坐堂、举一反三”等学习小栏目，通过打造一种合理的情景学习方法和模式，在活泼版面、轻松阅读的同时，让读者能够主动思考、触类旁通，从而达到快速上手、举一反三的目的。

☒ 精美排版 双色印刷

本丛书采用类似杂志的版式设计，使用 10 磅字号、双栏和三栏相结合的排版方式，版式精美、新颖、紧凑，既适合阅读又节省版面，超值实用。

本丛书以黑色印刷为主，而“操作步骤、操作技巧、重点、难点、知识补充、注意事项、专家坐堂、举一反三”等特殊段落，需要读者加强学习的地方则采用双色印刷，以达到重点突出、直观醒目、轻松阅读的目的。

☒ 书盘结合 互补学习

本丛书配套多媒体教学光盘，光盘内容与书中的知识相互结合并互相补充，而不是简单的重复，具有直观、生动、互动等优点。

丛书特色栏目

作者在编写本书时，非常注重读者的学习规律和学习心态，每个专题都安排了“内容导航、热点快报”等学习大框架，以及“知识补充、注意事项、专家坐堂、举一反三”等学习小栏目，让读者可以更加高效地学习、更加轻松地掌握。

主要栏目	主要内容
内容导航	在每个专题的首页，简明扼要地介绍本专题将要学习的主要内容，使读者在学习的过程中能够有的放矢
热点快报	对本专题所讲的知识进行更准确、更全面的概括，以精练的、概括的语言列出本专题将要介绍的重要内容和经典技巧等

续表

主要栏目	主要内容
知识补充	在众多操作步骤中,穿插一些必备知识,或是本专题主要知识点、重点和难点的学习提示
注意事项	强调本专题的重点、难点,以及学习过程中需要特别注意的一些问题或事项,从而达到巩固知识,融会贯通的目的
专家坐堂	将高手在学习电脑应用过程中积累的经验、心得、教训等通通告诉你,让你快速上手、少走弯路
举一反三	对新概念、新知识、重点、难点和应用技巧通过典型操作加以体现,从而达到触类旁通、举一反三的目的

光盘主要特色

本书配备了交互式、多功能、大容量的多媒体教学光盘。书中涉及的主要内容,通过演示光盘做了必要的示范。光盘内容与图书内容相互结合并互相补充,既可以对照光盘轻松自学,又可以参照图书互动学习。配套光盘具有以下特色。

光盘特色	主要内容
功能强大	配套光盘具有视频播放、人物情景对话、背景音乐更换、音量调节、光盘目录快速切换等众多功能模块,功能强大、界面美观、使用方便
情景教学	配套光盘通过老师、学生和小精灵3个卡通人物来再现真实的学习过程,情景教学、生动有趣
互动学习	读者可跟随光盘的提示,在光盘演示中执行如单击、双击、输入、拖动等操作,实现现场互动学习的新模式
边学边练	将光盘切换成一个文字演示窗口,读者可以根据文字说明和语音讲解的指导,在电脑中进行同步跟练操作,边学边练

丛书创作团队

本丛书由“企鹅工作室”集体创作,参与编写的人员有席金兰、吴琪菊、余素芬、吴海燕、朱春英、费一峰、徐海霞、张珊珊、袁盐、何林苡、陈建良、余雅飞、任晓芳、张云霞、俞成平、王礼龙等。

由于水平有限,书中难免有疏漏和不妥之处,敬请广大读者批评指正,读者服务邮箱:ruby1204@gmail.com。

企鹅工作室

、本书主要针对初、中级读者的需求，从零开始、系统全面地讲解电脑常用工具软件的应用技巧。

本书主要内容

全书精心安排了 14 个专题、两个附录的内容，以应用技巧为主，操作步骤为辅，一个招式对应一个技巧，并讲解一个知识点，具体内容如下表所示。

本书专题	主要内容
专题一 电脑好帮手——虚拟机工具使用技巧	介绍使用 VirtualBox 新建虚拟机和安装 Ghost 系统等技巧；使用 VMware 新建虚拟机，安装操作系统以及安装 VMware Tools 等技巧
专题二 电脑卫士——安全防护工具使用技巧	介绍使用 360 安全卫士修补系统漏洞，清理恶评软件以及查杀木马；使用 ESET NOD32 隔离未知文件；使用 Avast! 的沙箱功能浏览网页，设置 Avast! 在屏保时进行杀毒扫描以及玩转 360 杀毒软件换肤等技巧
专题三 电脑必备——文件文档工具使用技巧	介绍让 WinRAR 解压提速，使用 WinRAR 分割大文件以及压缩并加密重要文件；使用搜狗输入法插入特殊符号，让搜狗输入法记住生词以及输入复杂生字等技巧
专题四 休闲娱乐——音频视频工具使用技巧	介绍使用千千静听播放压缩文件中的歌曲和玩转千千静听桌面歌词；设置 AirPlay 色彩主题；使用 KMPlayer 录制视频片段，复制加密 VCD 影片等技巧
专题五 生活必备——图片浏览与管理工具使用技巧	介绍使用美图秀秀打造日系公主照和制作调皮的摇头娃娃；使用 ACDSee 批量更改照片名称，转换照片格式；使用光影魔术手为图片批量加水印，添加拍摄日期以及使用 Photoshop 为照片换色等技巧
专题六 生活必备——影子捕捉能手——图像捕捉工具使用技巧	介绍使用 SnagIt 截取超长网页，对敏感信息进行模糊处理以及使用 SnagIt 录制视频，去除 HyperSnap 截图中的鼠标指针等技巧

续表

本书专题	主要内容
专题七 冲浪多体验——浏览器使用技巧	介绍开启搜狗浏览器全网加速功能,使用搜狗浏览器提取网页中的视频;使用世界之窗浏览器实现分屏浏览;使用 Chrome 插件屏蔽百度广告以及使用 TT 浏览器登录 QQ 账号等技巧
专题八 上网必备——上传下载工具使用技巧	介绍隐藏迅雷悬浮窗口,迅雷下载完毕后自动查毒;使用 BitComet 预览下载视频,制作 Torrent 种子文件;使用 QQ 旋风实现边下载边播放以及使用 FlashFXP 快速搬迁网站等技巧
专题九 网上娱乐多——通讯工具使用技巧	介绍 QQ 一键锁定,屏幕截图以及远程协助;过滤阿里旺旺骚扰信息以及使用飞信定时发送短信等技巧
专题十 胜过彩电——网络电视工具使用技巧	介绍使用好易网视在线观看球赛直播,使用好易网视录制节目;使用迅雷看看直接播放任务中的影音,让迅雷看看跳过开头看视频以及下载土豆视频等技巧
专题十一 自己的多媒体——刻录工具使用技巧	介绍用 Windows XP 刻录 CD 光盘,用 U 盘安装 Windows 7,使用 Windows Media Player 11 刻录 CD 光盘以及使用 Nero 打造个性光盘图标等技巧
专题十二 系统卫士——系统维护工具使用技巧	介绍使用 360 安全卫士清理系统垃圾,加速开机速度以及控制程序流量;使用优化大师进行磁盘碎片整理,智能卸载软件;使用驱动人生一键备份驱动程序以及使用鲁大师检测液晶屏坏点等技巧
专题十三 办公好帮手——Word 办公工具使用技巧	介绍设置 Word 2010 界面配色方案,无格式复制网页文档,使用 Word 2010 的翻译功能以及为 Word 文档添加水印等技巧
专题十四 办公必备——Excel 办公工具使用技巧	介绍快速切换多个工作簿,快速更改工作表名称,隐藏工资表中的行以及巧妙修改批注形状等技巧
附录一 常用电脑软件介绍	介绍常用的电脑软件
附录二 常用网址大全	介绍常用网址

本书读者定位

本书及配套多媒体光盘非常适合初、中级读者选用,也可以作为高职高专相关专业和电脑短训班的培训教材。

本书还适合以下读者：

- 电脑常用工具软件初级学习与中级提高者
- 电脑常用工具软件技巧与实例爱好者
- 在校学生与办公室办公人员
- 老年朋友们
- 电脑爱好者与玩家

企鹅工作室



专题一 电脑好帮手——虚拟机

工具使用技巧..... 1

- 技巧 1 巧用 VirtualBox 新建虚拟机..... 1
- 技巧 2 在 VirtualBox 中安装操作系统攻略..... 3
- 技巧 3 在 VirtualBox 中安装 Ghost 系统..... 4
- 技巧 4 使用 VMware 创建虚拟机..... 5
- 技巧 5 配置 VMware 虚拟机..... 8
- 技巧 6 在 VMware 中安装 Windows XP 操作系统..... 9
- 技巧 7 安装 VMware Tools 10
- 技巧 8 巧妙共享物理机上的文件..... 12
- 技巧 9 巧用快照功能为虚拟机做好备份..... 14
- 技巧 10 巧用克隆功能为虚拟机进行备份..... 15

专题二 电脑卫士——安全防护

工具使用技巧..... 17

- 技巧 11 巧用 360 安全卫士轻松修补系统漏洞..... 17
- 技巧 12 巧用 360 安全卫士清理恶评插件..... 18
- 技巧 13 巧用 360 保险箱轻松保护账号安全..... 19
- 技巧 14 巧用 360 安全卫士轻松查杀木马..... 19
- 技巧 15 免费试用 ESET Smart Security 4 20
- 技巧 16 轻松开启 ESET NOD32 的高级模式..... 21

- 技巧 17 取消扫描指定文件, 提高 ESET NOD32 的查杀效率..... 22
- 技巧 18 巧妙关闭 ESET NOD32 启动画面 23
- 技巧 19 巧用 ESET NOD32 隔离未知文件..... 23
- 技巧 20 巧用 Avast!扫描自定义文件夹 24
- 技巧 21 开启 Avast!开机扫描功能查杀顽固病毒..... 24
- 技巧 22 让 Avast!更省资源..... 25
- 技巧 23 巧用 Avast!拦截网站广告 26
- 技巧 24 玩转 Avast!更新设置 26
- 技巧 25 巧用“沙箱”安全浏览网页 27
- 技巧 26 让 Avast!在设置屏保时进行杀毒操作..... 28
- 技巧 27 巧妙处理 Avast!隔离区中的文件 29
- 技巧 28 360 杀毒软件也玩换肤..... 29
- 技巧 29 巧设 360 杀毒软件嵌入式扫描 30
- 技巧 30 玩转 360 杀毒软件的白名单 31

专题三 电脑必备——文件文档

工具使用技巧..... 33

- 技巧 31 让 WinRAR 解压提速..... 33
- 技巧 32 使用 WinRAR 巧妙分割大文件 34
- 技巧 33 巧用 WinRAR 实现压缩后自动关机 34
- 技巧 34 巧用 WinRAR 合并 MP3..... 34
- 技巧 35 巧用 WinRAR 压缩并且加密重要文件 35

技巧 36	使用 WinRAR 巧妙伪装 机密文件	35
技巧 37	为 WinRAR 压缩文件添加 注释信息	36
技巧 38	巧用 7-Zip 反编译 CHM 文件	37
技巧 39	巧用搜狗输入法插入特殊符号	37
技巧 40	巧用搜狗输入法插入 特殊表情和符号	37
技巧 41	巧用搜狗输入法输入英文	38
技巧 42	让搜狗输入法记住生词	39
技巧 43	巧用搜狗输入法快速禁用 不常用的输入法	40
技巧 44	巧用搜狗输入法快速输入 时间和日期	40
技巧 45	巧用搜狗输入法拆分输入 复杂组合字	41
技巧 46	搜狗拼音输入法也玩笔画输入	41
技巧 47	巧用手写输入法输入复杂生字	42
技巧 48	巧设搜狗输入法大字体	43

专题四 休闲娱乐——音频视频

工具使用技巧

技巧 49	多种方法为千千静听添加歌曲	45
技巧 50	轻松使用千千静听播放 压缩文件中的歌曲	47
技巧 51	用多种方法打开千千静听 桌面歌词	47
技巧 52	玩转千千静听桌面歌词	49
技巧 53	下载并安装很小、 很强大的 AirPlay	50
技巧 54	轻松设置 AirPlay 的色彩主题	51
技巧 55	为 AirPlay 添加播放歌曲	51
技巧 56	利用 AirPlay 搜索歌曲 相关信息	52
技巧 57	玩转 KMPlayer 记忆播放 进度功能	52
技巧 58	巧用 KMPlayer 告别影片 截图黑屏	53
技巧 59	巧用 KMPlayer 轻松保存 电影原声片段	53
技巧 60	巧用 KMPlayer 录制视频片段	54

技巧 61	巧用 KMPlayer 轻松复制 加密 VCD 影碟	55
技巧 62	巧用酷我音乐盒提取外文歌名	55
技巧 63	使用酷我音乐盒添加歌曲 但不打断现在播放的歌曲	56
技巧 64	巧用酷我音乐盒一键下载 喜欢的歌曲	56
技巧 65	为酷我音乐盒设置更合理的 下载位置	57
技巧 66	使用快乐音乐轻松制作 手机视频	57
技巧 67	巧用 QQ 影音截取视频	58
技巧 68	巧用 QQ 影音镜面效果练舞蹈	59
技巧 69	巧用 QQ 影音选取区域放大	60

专题五 生活必备——图片浏览与

管理工具使用技巧

技巧 70	巧用美图秀秀一次搞定 宝贝细节图片	61
技巧 71	巧用美图秀秀轻松打造日系 公主照	62
技巧 72	巧用美图秀秀打造 独一无二的 T 恤	63
技巧 73	巧用美图秀秀快速设置 宝宝场景	64
技巧 74	巧用美图秀秀制作调皮的 摇头娃娃	64
技巧 75	巧用 ACDSee 批量更改 照片名称	65
技巧 76	巧用 ACDSee 批量转换 照片格式	66
技巧 77	巧用 ACDSee 裁剪调整照片	67
技巧 78	巧用光影魔术手旋转/ 翻转照片	68
技巧 79	巧用光影魔术手批量 调整图片大小	69
技巧 80	巧用光影魔术手为图片 批量加水印	70
技巧 81	巧用光影魔术手轻松为 照片添加拍摄日期	71

- 技巧 82 巧用光影魔术手快速打造
唯美边框..... 72
- 技巧 83 巧用光影魔术手打造黑白照片 ... 72
- 技巧 84 巧用 ACDSee 打造黑白照片 73
- 技巧 85 巧用 Photoshop 打造黑白照片 73
- 技巧 86 巧用 Photoshop 打造双色调
照片 76
- 技巧 87 巧用 Photoshop 快速为
法拉利换色..... 76

专题六 影子捕捉能手——图像 捕捉工具使用技巧 79

- 技巧 88 将 Snagit 捕获的图像导出为
PDF 格式 79
- 技巧 89 巧为 Snagit 设置热键 80
- 技巧 90 巧用 Snagit 截取超长
网页截图..... 80
- 技巧 91 巧用 Snagit 批量捕获
文件夹名称..... 80
- 技巧 92 巧设 Snagit 捕获鼠标指针..... 81
- 技巧 93 轻松缩放捕获到的图像 82
- 技巧 94 巧用 Snagit 对截图中的
敏感信息进行模糊处理 82
- 技巧 95 Snagit 中剪除功能的妙用..... 83
- 技巧 96 巧用 Snagit 批量转换图像为
撕裂边缘效果..... 83
- 技巧 97 巧用 Snagit 录制视频 85
- 技巧 98 去除 HyperSnap 截图中的
鼠标指针..... 86
- 技巧 99 巧改 HyperSnap 快捷键..... 87
- 技巧 100 用新捕捉图像替换当前
窗口的图像..... 87
- 技巧 101 巧妙设置让 HyperSnap 自动
保存图像..... 87
- 技巧 102 巧用 HyperSnap 捕获
超长网页..... 88
- 技巧 103 巧用 HyperSnap 捕捉
某个区域的文字 88
- 技巧 104 巧用 HyperSnap 滚动
捕获某区域的文字..... 89

- 技巧 105 巧用 HyperSnap 对捕获的
图像进行裁剪..... 89
- 技巧 106 巧妙设置让 HyperSnap
学会“自拍” 90
- 技巧 107 让 HyperSnap 复制每次
捕捉到的图像..... 91
- 技巧 108 为 HyperSnap 换装..... 91

专题七 冲浪多体验——浏览器 使用技巧 93

- 技巧 109 使用搜狗浏览器查找论坛中的
帖子 93
- 技巧 110 巧用搜狗浏览器快速
截取超长网页截图..... 93
- 技巧 111 巧用搜狗浏览器恢复
关闭的页面..... 94
- 技巧 112 开启搜狗浏览器全网
加速功能 94
- 技巧 113 使用搜狗浏览器
“踏网无痕” 95
- 技巧 114 巧用搜狗浏览器拖放
网页链接 95
- 技巧 115 巧用搜狗浏览器提取
网页中的视频..... 95
- 技巧 116 巧用搜狗浏览器高速
下载文件 96
- 技巧 117 巧用世界之窗浏览器
一键保存媒体文件..... 97
- 技巧 118 巧用世界之窗浏览器
静音浏览 98
- 技巧 119 巧用世界之窗浏览器查看
页面元素 98
- 技巧 120 世界之窗浏览器页面缩放
功能让浏览更轻松..... 98
- 技巧 121 巧用世界之窗浏览器
实现分屏浏览..... 99
- 技巧 122 世界之窗浏览器滚动
标签隐藏妙法..... 99
- 技巧 123 一键隐藏世界之窗浏览器 100
- 技巧 124 巧用插件为世界之窗浏览器
增加更多实用功能..... 100

技巧 125	让世界之窗 3.0 用上 360 安全红绿灯	101
技巧 126	快速更改世界之窗 3.0 的 颜色	102
技巧 127	快速自定义世界之窗的 快捷键	102
技巧 128	世界之窗 3.0 搜索建议的 妙用	103
技巧 129	巧用 Chrome 插件轻松屏蔽 百度广告	103
技巧 130	巧用 Chrome 将页面快速存为 桌面快捷方式	105
技巧 131	Chrome 任务管理器的妙用	105
技巧 132	TT 浏览器登录 QQ 账号	106
技巧 133	巧用 155 浏览器实现 高速下载	106
技巧 134	巧用 155 浏览器打开 失效图片	107

专题八 上网必备——上传下载 工具使用技巧 109

技巧 135	巧妙隐藏迅雷的悬浮窗口	109
技巧 136	巧用迅雷实现下载完成后 自动关机	110
技巧 137	迅雷下载完毕后自动查毒	110
技巧 138	巧用迅雷高速下载 FTP 资源	111
技巧 139	巧用迅雷批量下载页面全部 链接	111
技巧 140	开启迅雷的智能限速功能	112
技巧 141	巧用 BitComet 预览 下载视频	113
技巧 142	巧用 BitComet 实现 自动关机并防止系统休眠	114
技巧 143	快速更改 BitComet 的 下载文件保存位置	115
技巧 144	使用 BitComet 制作 Torrent 文件	115
技巧 145	巧用 VeryCD 电驴搜索并 下载资源	116
技巧 146	合理设置避免被电驴 拖垮网速	117

技巧 147	巧用 QQ 旋风实现边下载 边播放	118
技巧 148	巧用 QQ 旋风筛选 特定格式文件	118
技巧 149	快速了解 QQ 旋风下载 文件详情	119
技巧 150	明文显示 FlashFXP 的 站点密码	119
技巧 151	用密码锁住 FlashFXP	120
技巧 152	巧用 FlashFXP 自动转换 大小写文件名	120
技巧 153	巧用 FlashFXP 自动过滤 指定文件	121
技巧 154	巧用 FlashFXP 快速搜索 FTP 文件	122
技巧 155	巧用 FlashFXP 实现 网站快速搬迁	122

专题九 网上娱乐多——通讯工具 使用技巧 125

技巧 156	把 QQ 好友放到桌面	125
技巧 157	一键快速锁定 QQ 保护隐私	126
技巧 158	巧用 QQ 空间编辑器 玩转 QQ 空间	128
技巧 159	玩转 QQ 屏幕截图	129
技巧 160	轻松玩转 QQ 换装	130
技巧 161	巧用“我的 QQ 中心”全 面管理 QQ 好友	131
技巧 162	玩转 QQ 远程协助功能	133
技巧 163	巧用 QQ 传输文件夹	135
技巧 164	向不在线的 QQ 好友 发送离线文件	136
技巧 165	巧妙设置让 QQ 群集体 “安静”下来	138
技巧 166	QQ 隐身功能大揭秘	138
技巧 167	巧用 QQ 语音聊天	139
技巧 168	巧用 QQ 实现视频聊天	140
技巧 169	视频会话时给对方播放 视频文件	140
技巧 170	巧妙过滤阿里旺旺骚扰 信息	141

技巧 171	让聊天记录跟着旺旺跑	142
技巧 172	让你的生意“旺遍天下”	143
技巧 173	巧用飞信免费群发短信	144
技巧 174	巧用飞信定时发送短信	144
技巧 175	巧用飞信免费给自己发 短信	146

专题十 胜过彩电——网络电视工具 使用技巧

技巧 176	巧用好易网视在线 看球赛直播	147
技巧 177	巧用好易网视录制节目	147
技巧 178	巧用好易网视在线看电影	148
技巧 179	巧用好易网视在线听广播	149
技巧 180	巧用好易网视定时关机	150
技巧 181	巧用迅雷看看网页版搜索 并在线观看经典电影	150
技巧 182	使用迅雷看看直播迅雷 任务中的影音文件	151
技巧 183	在线播放狗狗中的影音文件	151
技巧 184	巧用迅雷看看播放器 搜索并在线观看电影	152
技巧 185	让迅雷看看跳过开头	152
技巧 186	巧用迅雷看看与网友分享 视频截图	153
技巧 187	实现第三方工具进行 视频截图	153
技巧 188	让迅雷看看播放器播放时 最靠前	154
技巧 189	迅雷看看直播 BT 种子文件	154
技巧 190	巧用优酷点播单收藏喜欢的 视频	155
技巧 191	轻松注册优酷会员	156
技巧 192	通过网页上传视频到优酷上 进行分享	157
技巧 193	巧用爱酷高速上传超大 视频文件	158
技巧 194	巧用土豆网搜索并在线 播放视频	159
技巧 195	让土豆“飞”起来	160
技巧 196	巧用飞速土豆导出缓冲文件	160

技巧 197	巧用 iTudou 下载土豆视频	161
技巧 198	巧用 iTudou 转换视频格式	162
技巧 199	巧用 iTudou 上传视频	162

专题十一 自己的多媒体——刻录 工具使用技巧

技巧 200	解决刻录机放入空盘后 提示“函数不正确”故障	165
技巧 201	巧用 Windows XP 刻录 CD 光盘	166
技巧 202	巧用 U 盘安装 Windows 7	168
技巧 203	巧用 Windows Media Player 11 刻录 CD 光盘	169
技巧 204	巧用 Windows Media Player 11 翻录 CD 光盘	170
技巧 205	巧用 Nero 快速转换音频格式 ...	171
技巧 206	巧用 Nero 快速查看空白 光盘的实际容量	172
技巧 207	巧用 Nero 刻录 Ghost 系统光盘	172
技巧 208	巧用 Nero 打造个性光盘图标 ...	173

专题十二 系统卫士——系统维护 工具使用技巧

技巧 209	巧用 360 安全卫士清理 系统垃圾	175
技巧 210	巧用 360 安全卫士清理 使用痕迹	176
技巧 211	巧用 360 安全卫士轻松加速 开机速度	176
技巧 212	巧用 360 流量监控控制程序的 流量	177
技巧 213	巧用 360 软件管家全面管理 软件	178
技巧 214	巧用优化大师自动优化保持 系统最佳状态	179
技巧 215	巧用“系统磁盘医生”检测和 修复磁盘中的错误	181
技巧 216	巧用优化大师进行磁盘碎片 整理	181
技巧 217	巧用优化大师智能卸载软件	182

技巧 218	巧用优化大师恢复已删除的软件	183
技巧 219	巧用“驱动人生”备份驱动程序	184
技巧 220	巧用“驱动人生”快速还原驱动程序	184
技巧 221	“驱动人生”评估计算机是否支持其他操作系统	185
技巧 222	屏蔽不需要的驱动更新提示	185
技巧 223	巧用“鲁大师”检测硬件配置	185
技巧 224	巧用“鲁大师”对电脑硬件进行体检	186
技巧 225	“鲁大师”让液晶屏坏点无处可藏	186

专题十三 办公好帮手——Word 办公工具使用技巧 187

技巧 226	巧妙解决安装 Office 出现无法写入注册表故障	187
技巧 227	玩转 Word 2010 界面配色方案	188
技巧 228	将 Word 2010 文档保存为老版本可以打开的格式	189
技巧 229	巧设密码为 Word 2010 文档加把“锁”	189
技巧 230	巧用 Alt 键选取矩形内容	191
技巧 231	巧用 F2 键移动文字或图形	191
技巧 232	巧妙复制网页文档为无格式文本	192
技巧 233	快速粘贴多项内容	193
技巧 234	设置 Word 2010 的默认粘贴选项	193
技巧 235	快速进行中文简繁体转换	193
技巧 236	巧将文字“圈”起来	194
技巧 237	挖掘 Word 2010 的翻译功能	194
技巧 238	快速更改字母大小写	196
技巧 239	Word 2010 也玩屏幕截图	196
技巧 240	巧用 Word 2010 删除图片背景	197
技巧 241	打开文档时巧妙建立备份	198

技巧 242	Word 2010 查找功能妙用	198
技巧 243	Word 2010 替换功能解密	199
技巧 244	快速提取 Word 2010 中的图片	200
技巧 245	创建更具视觉冲击力的文档	200
技巧 246	巧用 Word 为图片添加艺术效果	201
技巧 247	为 Word 中的图片插入文字	203
技巧 248	巧将文本转换为图片	204
技巧 249	为 Word 文档轻松添加水印效果	204
技巧 250	为 Word 中的图片插入文字	206
技巧 251	巧将文本转换为图片	207
技巧 252	灵活掌握 Word 2010 表格制作	207
技巧 253	巧妙调整 Word 中的表格	208
技巧 254	巧妙将文本转换成表格	209
技巧 255	巧妙将表格转换成文本	209

专题十四 办公必备——Excel 办公工具使用技巧 211

技巧 256	巧设“最近使用的工作簿”数量	211
技巧 257	巧用“最近所用文件”快速打开工作簿	211
技巧 258	将常用工作簿固定显示在“最近使用的工作簿”的固定列表中	212
技巧 259	清除“最近使用的工作簿”列表	212
技巧 260	快速切换多个工作簿	212
技巧 261	让 Excel 学会自动保存	213
技巧 262	巧妙寻找工作簿的存放路径	213
技巧 263	快速添加和删除工作表	213
技巧 264	快速选择工作表	213
技巧 265	巧妙更改默认工作表数量	214
技巧 266	快速更改工作表名称	214
技巧 267	快速移动或复制工作表	215
技巧 268	为工作表标签设置颜色	215
技巧 269	功能区也能自定义	216
技巧 270	单元格中也能嵌入迷你图	216

技巧 271	玩转 Excel 2010 的 公式自定义.....	217
技巧 272	玩转 Excel 2010 状态栏.....	217
技巧 273	单元格中巧建下拉列表.....	218
技巧 274	快速锁定 Excel 单元格.....	218
技巧 275	巧妙隐藏工作表中的行.....	219
技巧 276	合理运用“数据有效性”.....	219
技巧 277	拒绝输入重复数值.....	220
技巧 278	快速输入相同数据.....	221
技巧 279	快速输入连贯数字.....	221
技巧 280	在不相连的单元格中 输入相同信息.....	222
技巧 281	巧妙输入“0”开头的数字.....	222
技巧 282	快速新建批注.....	223

技巧 283	巧改批注形状.....	223
技巧 284	Excel 汇总行的妙用.....	224
技巧 285	轻松创建分类汇总.....	224
技巧 286	轻松删除分类汇总.....	225
技巧 287	批量修改数据.....	225
技巧 288	快速插入函数.....	225
技巧 289	巧妙搜索函数.....	226
技巧 290	输入函数巧计算.....	226
技巧 291	巧用 DATE 函数显示日期.....	227
技巧 292	快速计算两个日期之间的 天数.....	227

附录一	常用电脑软件介绍.....	229
-----	---------------	-----

附录二	常用网址大全.....	235
-----	-------------	-----