



Windows 7

技巧总动员

企鹅工作室 吴海燕 编著



- ▶ **知识全面** 全面讲解系统安装与设置、互联网应用、娱乐影音播放、软件使用和系统安全防护等 Windows 7 的实用操作技巧
- ▶ **知识全面** 全书以应用技巧为主，包含70多个热点快报+200多个知识小栏目+300多个应用技巧+800多张步骤图片
- ▶ **知识全面** 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
- ▶ **知识全面** 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

Windows 7 技巧总动员

企鹅工作室 吴海燕 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 Windows 7 系统的操作步骤与应用技巧。

全书共分为 18 个专题、1 个附录,主要包括:新功能操作技巧、系统安装技巧、全新部署技巧、自动化配置技巧、个性化设置技巧、文件和文件夹管理技巧、网上冲浪新主张、网络通信新玩法、影音娱乐震撼上演、办公软件功能技巧、家庭共享技巧、实用软件使用技巧、资源共享设置技巧、硬件和驱动使用技巧、性能优化技巧、备份和恢复技巧、系统安全防护技巧、疑难故障排除技巧和快捷键大全等。

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、互补学习的特点。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

Windows 7 技巧总动员/企鹅工作室,吴海燕编著. --北京:清华大学出版社,2011.3

(举一反三)

ISBN 978-7-302-24600-8

I. ①W… II. ①企… ②吴… III. ①窗口软件, Windows 7 IV. ①TP316.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 258482 号

责任编辑:邹 杰 杨作梅

封面设计:杨玉兰

责任校对:王 晖

责任印制:王秀菊

出版发行:清华大学出版社

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座

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

邮 编:100084

社 总 机:010-62770175

邮 购:010-62786544

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

印 刷 者:北京市世界知识印刷厂

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:15.5 插 页:1 字 数:439 千字

附光盘 1 张

版 次:2011 年 3 月第 1 版 印 次:2011 年 3 月第 1 次印刷

印 数:1~4000

定 价:36.00 元

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》

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

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。

本书主要针对初、中级读者的需求，从零开始、系统全面地讲解了 Windows 7 系统的操作步骤与应用技巧。

本书主要内容

全书精心安排了 18 个专题、1 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、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 Windows 7 新功能操作技巧	介绍 Windows 7 新功能的使用技巧，主要有强大的电池管理系统、设置个性化的界面等技巧
专题二 Windows 7 系统安装技巧	介绍 Windows 7 系统的各个版本、Windows 7 系统的安装、激活以及卸载等技巧
专题三 Windows 7 全新部署技巧	介绍在 Windows 7 系统中部署任务栏、巧设有限和无线网络、快速设置输入法等技巧
专题四 Windows 7 自动化配置技巧	介绍自动登录、自动启动程序、自动关机、自动修复等技巧
专题五 Windows 7 个性化设置技巧	介绍隐藏和调整桌面图标和任务栏、自定义个性化主题包等技巧
专题六 Windows 7 文件和文件夹管理技巧	介绍新建库，定位地址栏，移动、复制、选取、隐藏、加密和解密文件或文件夹等技巧
专题七 Windows 7 网上冲浪新主张	介绍设置工具栏、收藏夹、主页、Internet 选项等技巧
专题八 Windows 7 网络通信新玩法	介绍 QQ 概念版、飞信、YY 团队等聊天工具个性化设置及其应用技巧
专题九 Windows 7 影音娱乐震撼上演	介绍创建媒体播放列表、添加媒体库、编辑媒体图片等技巧
专题十 Windows 7 办公软件功能技巧	介绍安装 Office 2010 办公软件以及使用 Office 2010 办公软件共享文件、撰写博客、插入和移除图片等技巧



本书专题	主要内容
专题十一 Windows 7 家庭共享技巧	介绍更改家庭组设置、找回家庭密码、设置共享对象、为孩子设立特定账户等技巧
专题十二 Windows 7 实用软件使用技巧	介绍一键修复系统、快速修复文件、美化系统外观、软件分类等技巧
专题十三 Windows 7 资源共享设置技巧	介绍使用文件或文件夹共享的方法、设置脱机状态下共享文件以及解决不能实现共享问题等技巧
专题十四 Windows 7 硬件和驱动使用技巧	介绍创建、格式化、删除硬盘分区，更新不能正常工作的硬件驱动程序等技巧
专题十五 Windows 7 性能优化技巧	介绍提高开机和打开网页的速度，定期检查、清理、整理磁盘等技巧
专题十六 Windows 7 备份和恢复技巧	介绍备份文件、注册表，创建删除还原点以及巧妙恢复已丢失或删除的文件
专题十七 Windows 7 系统安全防护技巧	介绍打开或关闭防火墙、清理最近浏览网页的记录、巧妙使用 360 等技巧
专题十八 Windows 7 疑难故障排除技巧	介绍解决 DVD 音量过小、排除 Movie Maker 故障、解决 0XC004F061 错误等技巧
附录 Windows 7 快捷键大全	介绍 Windows 7 常用快捷键

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：

- Windows 7 初级学习者与中级提高者
- 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

目 录



专题一 Windows 7 新功能操作

技巧 1

- 技巧 1 华丽的 Windows 7 时代..... 1
- 技巧 2 快速添加桌面图标..... 2
- 技巧 3 巧设个性化的界面..... 2
- 技巧 4 巧用小工具装饰个性化桌面..... 3
- 技巧 5 快速查看 Windows 7 版本..... 3
- 技巧 6 快速查看 Windows 7 的体验指数..... 3
- 技巧 7 巧用改进的搜索和定位..... 4
- 技巧 8 巧用 Windows 7 的华美主题包..... 5
- 技巧 9 快速设置使计算机更易于使用..... 5
- 技巧 10 巧用 Tablet PC..... 6
- 技巧 11 快速设置自定义通知区域的图标..... 6
- 技巧 12 巧用提醒便签..... 7
- 技巧 13 巧用 Windows 7 的传真功能..... 7
- 技巧 14 妙用 XPS 查看器..... 8

专题二 Windows 7 系统安装技巧 9

- 技巧 15 了解 Windows 7 的配置要求..... 9
- 技巧 16 详析 32 位和 64 位操作系统..... 9
- 技巧 17 简析 Windows 7 家庭版..... 10
- 技巧 18 简析 Windows 7 专业版..... 10
- 技巧 19 简析 Windows 7 旗舰版..... 11
- 技巧 20 快速进入 BIOS 设置..... 11
- 技巧 21 巧用 Windows 轻松传送..... 11
- 技巧 22 详解 Windows 7 系统安装过程..... 12
- 技巧 23 快速升级到 Windows 7..... 13
- 技巧 24 巧妙安装多个操作系统..... 14
- 技巧 25 巧妙应对安装过程无响应的方法..... 15
- 技巧 26 激活 Windows 7 的技巧..... 15
- 技巧 27 快速检查 Windows 7 的激活状态..... 16

- 技巧 28 快速更改密钥技巧..... 17
- 技巧 29 卸载单操作系统中的 Windows 7 操作系统..... 17
- 技巧 30 卸载多操作系统中的 Windows 7 操作系统..... 18

专题三 Windows 7 全新

部署技巧 19

- 技巧 31 巧妙部署任务栏和“开始”菜单..... 19
- 技巧 32 快速进入 Windows 7 入门..... 20
- 技巧 33 探索 Windows 7 和 Windows Live Essentials..... 20
- 技巧 34 快速添加新用户..... 21
- 技巧 35 快速部署屏幕内容文本大小..... 22
- 技巧 36 更改 Windows 字体的技巧..... 23
- 技巧 37 快速添加字库字体..... 23
- 技巧 38 巧设有线网络..... 24
- 技巧 39 巧设无线网络..... 25
- 技巧 40 快速更改计算机名称和工作组..... 26
- 技巧 41 快速加入计算机域..... 27
- 技巧 42 快速查找 IP 地址..... 28
- 技巧 43 快速自动获取新的 IP 地址..... 28
- 技巧 44 快速禁用网络适配器..... 29
- 技巧 45 妙用 Windows 7 的讲述功能..... 29
- 技巧 46 巧设显示器的显示效果..... 30
- 技巧 47 准确设置屏幕分辨率..... 30
- 技巧 48 快速设置默认输入法..... 31
- 技巧 49 用搜狗拼音输入法快速输入日期时间..... 31
- 技巧 50 用搜狗拼音输入法自定义短语设置的妙用..... 31

专题四 Windows 7 自动化配置

技巧 33

- 技巧 51 快速设置自动更新..... 33

技巧 52	自动登录设置技巧.....	34
技巧 53	巧妙设置开机自动启动程序.....	35
技巧 54	巧用任务计划自动启动程序.....	35
技巧 55	定时自动关机设置技巧.....	37
技巧 56	快速打开自动播放.....	38
技巧 57	优化自动播放设置.....	38
技巧 58	巧妙设置自动拨号上网.....	39
技巧 59	桌面图标快速自动整理.....	41
技巧 60	快速设置自动填写网站表单和 密码.....	42
技巧 61	智能启动自动修复功能.....	42
技巧 62	启用 Windows 7 的自动疑难 诊断和修复功能.....	43
技巧 63	巧妙使用 Windows 7 系统 自动修复 U 盘.....	44
技巧 64	自动游戏跟踪记录轻松删除.....	44
技巧 65	巧妙设置停止自动 安装驱动程序.....	45

专题五 Windows 7 个性化设置

技巧 47

技巧 66	快速隐藏桌面图标和任务栏.....	47
技巧 67	快速调整桌面和任务栏 图标大小.....	48
技巧 68	定制个性化的任务栏.....	48
技巧 69	设置“开始”菜单的个性化 帐户图片.....	49
技巧 70	将常用程序图标锁定到 “开始”菜单.....	49
技巧 71	快速启用个性化主题.....	50
技巧 72	自定义个性化主题包.....	51
技巧 73	巧妙关闭 Aero 桌面预览特效.....	52
技巧 74	打造个性化的颜色方案.....	53
技巧 75	打造个性化的声音方案.....	54
技巧 76	巧用音量合成器打造个性化 声音环境.....	55
技巧 77	巧用丰富的桌面个性化小工具... ..	56
技巧 78	启用个性化的屏幕保护程序.....	57
技巧 79	巧妙设置个性幻灯片做屏幕 保护程序.....	58

专题六 Windows 7 文件和文件夹 管理技巧 59

技巧 80	快速新建库.....	59
技巧 81	快速包含到库.....	59
技巧 82	巧妙自定义库.....	60
技巧 83	轻松找回丢失的默认库.....	61
技巧 84	地址栏快速定位.....	61
技巧 85	使用快速查找文件.....	61
技巧 86	快速移动和复制文件.....	62
技巧 87	在索引中添加文件类型.....	62
技巧 88	快速添加索引位置.....	63
技巧 89	妙用保存搜索.....	63
技巧 90	系统文件和文件夹以及 扩展名显示技巧.....	63
技巧 91	巧妙美化文件夹的图标.....	64
技巧 92	文件打开方式默认设置技巧.....	65
技巧 93	文件批量设置技巧.....	65
技巧 94	批量修改文件名的妙用.....	66
技巧 95	加密文件彩色显示技巧.....	66
技巧 96	快速找回“文件夹选项”菜单... ..	67
技巧 97	快速找回“新建文件夹”选项... ..	67
技巧 98	快速传输文件.....	67
技巧 99	巧妙删除升级前的系统文件.....	68
技巧 100	找回文件夹顶部菜单.....	68
技巧 101	快速选择多个文件.....	68
技巧 102	快速隐藏私人文件.....	69
技巧 103	快速禁止“文件夹选项”设置... ..	70
技巧 104	轻松加密文件夹或文件.....	70
技巧 105	轻松解密文件夹或文件.....	71
技巧 106	快速清理临时文件夹.....	71
技巧 107	快速获取文件路径.....	72

专题七 Windows 7 网上冲浪 新主张 73

技巧 108	快速自定义 IE 工具栏.....	73
技巧 109	快速设置 IE 主页.....	74
技巧 110	巧妙设置多个 IE 主页.....	74
技巧 111	巧妙移动收藏夹栏.....	75
技巧 112	巧妙更改网页字体.....	75

技巧 113	启用 IE 自动下载字体功能	76
技巧 114	启用 InPrivate 隐私浏览模式 上网不留痕迹	76
技巧 115	快速还原 IE 高级设置	77
技巧 116	快速重置 IE 设置	77
技巧 117	快速收藏多个网址	78
技巧 118	轻松整理收藏夹	78
技巧 119	快速导出/导入收藏夹	79
技巧 120	快速保存网页技巧	79
技巧 121	更改 IE 临时文件夹技巧	80
技巧 122	巧妙设置 IE 代理服务器	81
技巧 123	巧妙解决某些网站不能正确 显示的问题	82
技巧 124	巧妙解决网络设置不合理现象	82
技巧 125	巧妙打开误关闭的选项卡	83
技巧 126	巧妙使用底部状态栏	83
技巧 127	设置网页浏览方式提高 页面清晰度	84
技巧 128	快速保存网页中的图片	85
技巧 129	巧妙安装网页加速器	85
技巧 130	巧妙解决网页中图片无法 显示问题	86
技巧 131	轻松锁定浏览器的主页	86
技巧 132	轻松锁定代理服务器	87
技巧 133	关闭恼人的连接提示	87
技巧 134	禁用 IE 下载	88

专题八 Windows 7 网络通信

新玩法

技巧 135	为 Windows 7 量身打造的 QQ 概念版	89
技巧 136	个性化登录 QQ 概念版	89
技巧 137	设置个性化的动感相框	90
技巧 138	快速设置动态背景	90
技巧 139	巧妙放置 QQ 概念版好友位置	90
技巧 140	快速合并 QQ 好友聊天窗口	91
技巧 141	快速设置 QQ 概念版系统	92
技巧 142	QQ 概念版好友管理技巧	92
技巧 143	巧用三维立体超级表情	94
技巧 144	快速进入 QQ 空间和邮箱	94
技巧 145	妙用清屏工具	95

技巧 146	使用飞信 PC 客户端实现与 移动完美沟通	95
技巧 147	使用飞信 PC 客户端的 必要准备	96
技巧 148	全面了解飞信收费标准	97
技巧 149	巧用界面管理器美化客户端	97
技巧 150	妙用群发功能	98
技巧 151	快速给自己的手机发送短信、 彩信、文件	98
技巧 152	妙用导出、导入联系人	99
技巧 153	巧用 YY 团队语音平台	100
技巧 154	快速创建 YY 语音聊天	100
技巧 155	快速设置语音	101

专题九 Windows 7 影音娱乐

震撼上演

技巧 156	深入认识 Windows Media player 12	103
技巧 157	快速添加多媒体文件	103
技巧 158	更改 Windows Media Player 的 外观	104
技巧 159	显示 Windows Media Player 的 菜单栏	104
技巧 160	快速切换媒体库至播放界面	105
技巧 161	快速创建媒体播放列表	105
技巧 162	快速更改视频窗口大小	106
技巧 163	设置播放窗口的可视化效果	106
技巧 164	巧妙设置唱片集封面	106
技巧 165	将播放后的文件添加到 媒体库	107
技巧 166	对音乐进行复制保护	107
技巧 167	巧妙防止媒体信息被覆盖	108
技巧 168	巧用 Windows Media Player 高级搜索功能	108
技巧 169	设置播放媒体文件时的 缓冲时间	109
技巧 170	添加配置 Windows Media Player 插件	109
技巧 171	取消 Windows Media Player 的 上网设置	110
技巧 172	下载并安装暴风影音 2012	110

技巧 173	使用暴风影音播放电影.....	111
技巧 174	快速调节音频和视频.....	112
技巧 175	快速切换界面尺寸大小.....	112
技巧 176	使用暴风影音截屏功能.....	113
技巧 177	自动播放上次未完成的 影音文件	113
技巧 178	限定播放的文件类型.....	113
技巧 179	快速清理播放痕迹.....	114
技巧 180	在线收看网络电视.....	114
技巧 181	使用录音机录制音乐.....	115
技巧 182	图片查看技巧	115
技巧 183	巧妙编辑图片库里的图片.....	115

专题十 Windows 7 办公软件功能

技巧 117

技巧 184	快速安装 Office 2010 办公软件	117
技巧 185	巧妙套用丰富的 Office 文档模板	118
技巧 186	轻松实现 Word 文档的打印.....	119
技巧 187	共享文件随心所欲.....	120
技巧 188	使用导航快速搜索文档.....	120
技巧 189	巧妙使用 Word 2010 撰写博客	121
技巧 190	插入 SmartArt 模板快速制作 业务流程图	122
技巧 191	巧将文字替换为图片.....	122
技巧 192	巧让 Word 文档中的 图片自动更新	123
技巧 193	打造艺术性文档插图.....	123
技巧 194	巧妙移除图片背景.....	124
技巧 195	巧用 Office 2010 截屏工具.....	124
技巧 196	Excel 2010 在线新体验.....	125
技巧 197	巧妙添加迷你图体验全新 迷你视界	126
技巧 198	巧用切片器删选数据.....	127
技巧 199	巧让 Excel 自动朗读文件.....	128
技巧 200	巧妙自定义幻灯片背景.....	128
技巧 201	在 PowerPoint 2010 中插入和 编辑视频	129

技巧 202	体验分享远程播放 幻灯片乐趣	130
技巧 203	巧用 Outlook 2010 邮件管理 轻松应对大量邮件	131
技巧 204	体验 Office 2010 协同办公	133
技巧 205	巧用 Office 2010 多种设备 享受随时办公体验	135
技巧 206	快速认识 Office 2010 的 作者许可和保护模式	135

专题十一 Windows 7 家庭共享

技巧 137

技巧 207	快速启用网络发现	137
技巧 208	快速更改家庭组设置	138
技巧 209	巧妙找回家庭组密码	138
技巧 210	巧妙设置共享对象	139
技巧 211	与家庭组的成员共享库和 打印机	140
技巧 212	从家庭组中删除计算机.....	140
技巧 213	快速切换家庭网络和 其他网络	141
技巧 214	为孩子设立特定帐户	142
技巧 215	控制儿童使用计算机的时间.....	142
技巧 216	限定儿童游戏类型	143
技巧 217	禁止儿童使用特定程序.....	144
技巧 218	快速删除孩子帐户	144

专题十二 Windows 7 实用软件

使用技巧 147

技巧 219	Windows 7 优化大师详解	147
技巧 220	优化向导七步快速优化 Windows 7	148
技巧 221	一键快速系统优化技巧.....	149
技巧 222	快速修复文件关联不可用的 问题	149
技巧 223	控制面板图标隐藏技巧.....	150
技巧 224	系统外观美化技巧	150
技巧 225	登录画面设置技巧	150
技巧 226	云端软件平台详解	151
技巧 227	快速搜索和下载软件或 游戏技巧	151

技巧 228	巧妙安装软件到云端	151
技巧 229	虚拟化绿色软件技巧	152
技巧 230	软件分类技巧	153
技巧 231	软件快速隐藏和激活	154

专题十三 Windows 7 资源共享

设置技巧

技巧 232	快速开启公用文件夹共享的方法	155
技巧 233	巧妙使用公用文件夹共享	156
技巧 234	轻松实现文件共享	156
技巧 235	快速查看共享内容	157
技巧 236	巧设脱机状态下共享文件夹	157
技巧 237	巧妙设置打印机共享	158
技巧 238	轻松解决 Windows 7 与 XP 不能共享的问题	159
技巧 239	轻松解决共享文件夹失败的问题	160
技巧 240	快速去除共享文件夹上的小锁	161
技巧 241	快速解决不能实现网络共享的问题	162

专题十四 Windows 7 硬件和驱动

使用技巧

技巧 242	快速打开 Windows 7 设备管理器	163
技巧 243	快速查看还原点所占磁盘空间的大小	164
技巧 244	创建硬盘分区	165
技巧 245	格式化硬盘分区	166
技巧 246	快速删除硬盘分区	166
技巧 247	禁止自动安装驱动程序	167
技巧 248	更新不能正常工作的硬件驱动程序	168
技巧 249	快速移除不再使用的设备驱动	169
技巧 250	快速解决网卡驱动安装问题	170
技巧 251	创建网络驱动器的快捷方式	170
技巧 252	驱动人生快速驱动更新	171
技巧 253	驱动人生快速备份驱动	171

技巧 254	驱动人生温度监测技巧	172
--------	------------------	-----

专题十五 Windows 7 性能优化

技巧

技巧 255	卸载不必要的软件程序	175
技巧 256	关闭不必要的视觉效果	176
技巧 257	正确设置计算机虚拟内存	177
技巧 258	提高 Windows 7 开机速度	178
技巧 259	提高网页打开速度	178
技巧 260	提高窗口切换速度	178
技巧 261	巧妙设置随机启动项	179
技巧 262	Windows 7 开机自动登录设置	179
技巧 263	缩短关机前的等待时间	180
技巧 264	巧用右键快速关机	180
技巧 265	缩短关闭应用程序与进程前的等待时间	181
技巧 266	巧设自动关闭无响应的程序	181
技巧 267	关闭 Windows 7 系统搜索索引	183
技巧 268	缩短磁盘扫描等待时间	183
技巧 269	优化计算机电源管理	183
技巧 270	取消登录时的欢迎界面	184
技巧 271	巧妙为“开始”菜单减肥	185
技巧 272	彻底删除没用的项目	185
技巧 273	关闭“远程差分压缩”功能加快文件复制速度	185
技巧 274	定期检查磁盘	186
技巧 275	快速清理磁盘	186
技巧 276	快速整理磁盘碎片	187
技巧 277	解决磁盘空间不足的烦恼	188

专题十六 Windows 7 备份和恢复

技巧

技巧 278	轻松备份文件	189
技巧 279	手动备份注册表	190
技巧 280	快速创建还原点	191
技巧 281	快速查看创建的还原点	191
技巧 282	快速删除还原点	192
技巧 283	巧妙还原系统文件	193
技巧 284	巧妙使用命令提示符启用系统还原	193
技巧 285	巧妙使用系统镜像备份还原	194

技巧 286	妙用注册表审计备份和还原权限	195
技巧 287	明确系统备份与还原点的区别	195
技巧 288	快速创建系统修复光盘	195
技巧 289	修复损坏的 WinRAR 文件	196
技巧 290	巧妙恢复已丢失或删除的文件	196
技巧 291	手动恢复回收站中被误删的内容	197

专题十七 Windows 7 系统安全

防护技巧 199

技巧 292	快速查看操作中心	199
技巧 293	打开或关闭防火墙	200
技巧 294	设置防火墙中的程序和端口	200
技巧 295	为系统帐户设置密码	201
技巧 296	清理网页浏览记录	202
技巧 297	删除最近访问位置记录	202
技巧 298	巧妙设置只读文件	203
技巧 299	限定个别管理员的权限	203
技巧 300	阻止黑客的 Ping 链接	204
技巧 301	阻止对注册表的远程访问	205
技巧 302	阻止广告窗口弹出	206
技巧 303	为计算机启用系统密钥	206
技巧 304	巧妙过滤恶意插件或网页	207
技巧 305	更改 UAC 信息提示	207
技巧 306	禁止使用注册表	208
技巧 307	禁止查看指定磁盘驱动器	209
技巧 308	禁止锁定计算机	209
技巧 309	修改日志文件存放目录	210
技巧 310	全面认识 360 安全卫士	210
技巧 311	使用 360 自动检测电脑系统安全	211
技巧 312	使用 360 彻底查杀流行木马	211
技巧 313	使用 360 彻底清除恶意插件	212
技巧 314	使用 360 修复系统漏洞	212
技巧 315	使用 360 全面清理垃圾文件	212
技巧 316	使用 360 全面清理使用痕迹	213

技巧 317	使用 360 修复系统	213
技巧 318	快速更改帐户密码	214
技巧 319	创建密码重设盘	214
技巧 320	通过重设盘快速重设密码	215

专题十八 Windows 7 疑难故障

排除技巧 217

技巧 321	Windows 7 疑难问题不求人	217
技巧 322	快速解决 DVD 音量过小的问题	218
技巧 323	巧妙排除 Movie Maker 故障	218
技巧 324	巧妙解决 IE8 浏览器没有响应的的问题	218
技巧 325	快速解决 IE 中不能打开新窗口的问题	219
技巧 326	快速解决 XP 模式失效的问题	219
技巧 327	巧妙解决系统故障文件丢失的问题	220
技巧 328	快速找到隐藏的文件夹	220
技巧 329	快速解决 0XC004F061 错误	221
技巧 330	巧妙解决 Windows 媒体中心自启动的方法	221
技巧 331	巧妙解决部分软件无法安装的问题	222
技巧 332	巧妙解决看不见搜索框的问题	222
技巧 333	巧妙解决无法创建远程连接管理服务的问题	222
技巧 334	巧妙使用 Windows 7 问题步骤记录器	223
技巧 335	快速解决 iPhone 与 Windows 7 无法同步的问题	223
技巧 336	快速解决关机之后重启的烦恼	224
技巧 337	巧妙解决 Windows 7 窗口不透明的问题	226

附录 Windows 7 快捷键大全 227

举一反三

专题一 Windows 7 新功能操作技巧

内 容 导 航

2009年10月23日, Windows 7操作系统在中国正式发布后, 许多中国用户开始使用 Windows 7。本专题主要介绍 Windows 7 的新功能及其基础操作技巧, 使用户能更好地认识 Windows 7 操作系统。

热 点 快 报

- 快速添加桌面图标
- 巧妙设置个性化界面
- 巧用搜索和定位功能
- 妙用提醒便签

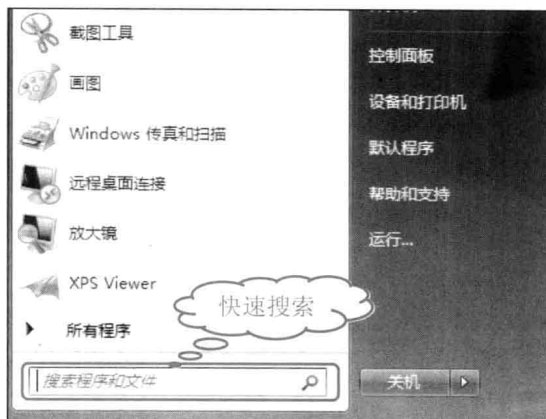
技巧1 华丽的 Windows 7 时代

Windows 7 是由微软公司开发的, 具有革命性变化的操作系统。

Windows 7 在设计上主要侧重 5 个方面, 分别是: 基于应用服务的设计, 用户的个性化, 视听娱乐的优化, 用户易用性的新引擎以及针对笔记本电脑的特有设计。



- Windows 7 无论是启动、关闭, 还是从睡眠状态恢复以及响应, 速度都变得更快。
- 在易于使用上, Windows 7 设计了更多方便用户的窗口, 如加速最大化、半屏窗口显示、跳转列表等新功能。
- 很多繁琐的操作在 Windows 7 中都变得更加简单。



- Windows 7 改进了安全和功能的合理性, 也开启

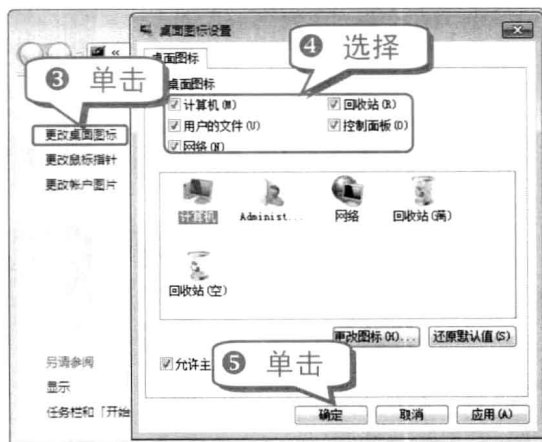
了企业级的数据保护和权限许可,使其在安全性上更加优化。

- Windows 7 进一步加强了各种功能,可以将很多程序和数据移植到 Windows 7 上,同时也节约了其他设备的成本。

技巧2 快速添加桌面图标

为了更快地使用电脑,经常需要在桌面上添加一些必要的图标。其具体的添加方法如下所示。

- ① 在桌面空白区域单击鼠标右键,弹出如下快捷菜单。



知识补充

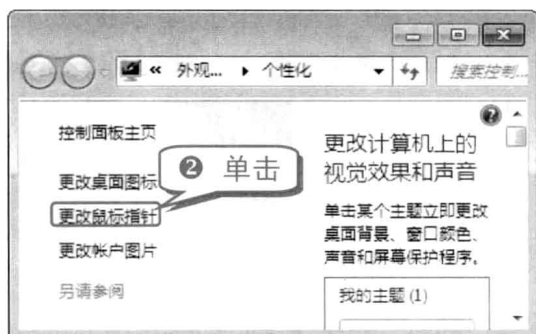
如果用户对默认给出的图标不是很满意,可单击“更改图标”按钮,在其对话框里选择喜欢的图标,然后单击“确定”按钮即可。

技巧3 巧设个性化的界面

在 Windows 7 系统中,用户可以通过“个性化”命令来设计具有个性的界面。

在“个性化”设置窗口中主要包括“更改桌面图标”、“更改鼠标指针”、“更改帐户图片”等几个功能,这里主要以“更改鼠标指针”为例来介绍个性化设置的方法。

- ① 在桌面空白区域单击鼠标右键,在弹出的快捷菜单中选择“个性化”命令。



知识补充

在“鼠标属性”对话框中,若选中“启用指针阴影”复选框,还可以为鼠标指针添加一些阴影效果。