

神龙老友会
编著



①册图书 + ①张高清晰多媒体教学光盘

不怕没基础，轻松学得会

中老年课堂

电脑、手机、数码相机及
DV 应用技巧



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

神龙老友会
编著

中老年课堂

电脑、手机、数码相机及
DV 应用技巧



YZLI0890138760



人民邮电出版社

北京

图书在版编目(CIP)数据

中老年课堂. 电脑、手机、数码相机及DV应用技巧 /
神龙老友会编著. — 北京: 人民邮电出版社, 2012. 2
ISBN 978-7-115-26554-8

I. ①中… II. ①神… III. ①电子计算机—中老年读物 IV. ①TP3-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第226860号

内 容 提 要

本书旨在帮助中老年朋友快速掌握电脑和常用数码产品的应用技巧,并对中老年朋友在学习与应用的过程中经常会遇到的问题进行了专家级的指导。

本书共分两部分。第1部分全面细致地为中老年朋友介绍如何巧用电脑。主要有电脑系统设置、维护和管理,包括电脑桌面、鼠标和键盘、输入法的设置,文件和文件夹的管理,加快开机速度、清理系统垃圾等日常管理技巧,以及禁用 Guest 账户、关闭自动播放功能、关闭远程桌面、更改文件和文件夹的使用权限等维护技巧;影音娱乐技巧,包括畅听音乐和观赏影片的技巧;网络应用的技巧,包括网上浏览、搜索和下载信息、收发电子邮件、QQ 聊天、维护网络安全等;电脑故障排除技巧,包括如何巧妙排除显示器、键盘、鼠标等硬件的故障。第2部分详细介绍数码产品的应用技巧,主要有手机的选购、维护和使用;数码相机的选购、维护,拍摄技巧,修饰数码照片;数码摄像机的选购、维护、使用,以及数码影像的编辑;U 盘、移动硬盘、打印机等电脑外接设备的应用技巧。

本书附带多媒体教学光盘,采用全程语音讲解,情境教学的方式,带领中老年朋友像看录像一样学习电脑与数码产品的应用技巧。

本书既适合有一定电脑应用基础的中老年朋友阅读,又适合初次接触数码产品的中老年朋友阅读,亦可作为中老年电脑培训班的培训教材。

中老年课堂——电脑、手机、数码相机及 DV 应用技巧

◆ 编 著 神龙老友会

责任编辑 李 莎

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号

邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京精彩雅恒印刷有限公司印刷

◆ 开本: 800×1000 1/16

印张: 15.75

字数: 189 千字

印数: 1—4 000 册

2012 年 2 月第 1 版

2012 年 2 月北京第 1 次印刷

ISBN 978-7-115-26554-8

定价: 49.80 元(附光盘)

读者服务热线: (010) 67132692 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

电脑、手机、数码相机、数码摄像机……形形色色的数码产品，您接触了吗？会用吗？用得好吗？学会使用这些数码产品不需要超强的记忆力，只需要我们放松心态，走进来，勤动手，玩起来，必能积跬步，致千里，让它们给我们的生活增姿添彩。

本书就是为了帮助中老年朋友又快又好地学会使用电脑、手机等常见的数码产品而精心编写的。即使您从未接触过这些产品，只要认真学习本书，也能在最短的时间内学会设置个性化的电脑系统、优化电脑设置、上网冲浪，学会使用手机收发短信，能用数码相机拍摄出准专业化的照片并会根据需要修饰照片，能摄制出精彩的DV影片……

● 本书内容

全书分两部分。第1部分全面、详细地为中老年朋友介绍了电脑系统的设置和维护、网络应用以及故障排除等方面的应用技巧；第2部分介绍了手机、数码相机和数码摄像机以及其他外接设备的应用技巧。

第1部分包括第1章~第5章。

没有电脑基础怎么办？别着急，本书第1、第2章就带您快速熟悉电脑系统的基本设置、管理和维护技巧，帮您轻松玩转电脑。

准备好了吗？第3、第4章就带您欣赏电影和戏曲、获取网络信息、使用电子邮件（E-mail）、QQ与亲戚朋友联系，还能学会各种维护网络安全的技巧。

电脑出现故障了，怎么办？您别着急，本书第5章就帮您解决主机、显示器、鼠标和键盘等电脑设备的常见故障。

第2部分包括第6章~第9章。

手机款式这么多，哪款适合咱们中老年朋友使用？买了手机，不会用？本书第6章就带您选购一款漂亮大方而又实用的手机，并且教会您使用和维护手机的技巧。

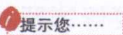
想要留住美妙瞬间吗？本书第7章从帮您选购一款高性价比的数码相机开始，手把手教您怎样才能拍出漂亮的照片，怎样修饰不如意的照片。

打算玩或者喜欢玩DV（数码摄像机）的朋友，赶快看看本书第8章的内容吧。在这里您不仅能了解如何选购合适的DV，还能掌握录制和剪辑的方法，快速制作出有水准的短片。

此外，本书第9章介绍了移动存储设备——U盘和移动硬盘的使用方法，方便您随时转移或携带各种电脑资料；同时也介绍了打印机的选购、安装和使用方法。

● 如何阅读本书

本书将所有的操作步骤均集中在图上，可谓是“看图说话”，使中老年朋友一看图及能了解操作方法。

书中根据操作的先后顺序，配备了操作步骤图，并采用**01**、**02**、**03**的形式表示操作的第1步、第2步、第3步……图中的标注有两种。一种是表示对整个操作界面图的解释，另一种为，用于解释操作界面图中的某个对象。

本书中穿插了“提个醒”这一特色栏目，旨在随时解决中老年朋友在学习过程中遇到的疑难问题，并提供一些相关的拓展知识。

在系统知识讲解结束后，安排了“小结”、“上机练习”和“答疑解惑”3个栏目，以帮助中老年朋友强化巩固所学知识。

本书附赠一张精彩生动、内容充实的多媒体教学光盘。该光盘中不仅紧扣每章内容进行视频讲解，还提供“互动练习”栏目，让中老年朋友能在特定的系统环境下进行上机操作，并能在操作过程随时提供指导及操作结果反馈。这种直观生动、交互性强的学习方式，能与图书阅读相得益彰，大大提高中老年朋友的学习效率，轻松获得最佳的学习效果。

● 致谢

在本书的编写过程中，得到了张磊、李晓宁、谢成品、鲍兴芳和衣巧丽等人的大力支持，在此表示衷心的感谢！

在写作过程中，我们力求精益求精，但书中难免有考虑不周之处，热忱欢迎广大读者提建议，并予以批评指正，以便我们日后能为各位编写出更好的图书。本书责任编辑的联系信箱是lisha@ptpress.com.cn。

编者

2011年11月

第1部分 巧用电脑 / 1

第 / 章 系统的基本设置 / 2

目录

1.1 设置电脑桌面 / 3

1.1.1 设置桌面图标、背景和屏幕保护 / 3

技巧1 清理桌面上未使用的快捷方式图标 / 3

技巧2 将孙女的照片设置为桌面背景 / 5

技巧3 将常用的网页设置为桌面背景 / 7

技巧4 将心爱的相册设置为动态的屏幕保护 / 9

1.1.2 设置任务栏 / 12

技巧1 隐藏/显示任务栏 / 12

技巧2 显示快速启动栏 / 13

技巧3 在任务栏上添加工具栏 / 14

技巧4 在任务栏中显示当前的时间、星期和日期 / 16

1.1.3 设置【开始】菜单 / 17

技巧1 在固定程序列表中添加和删除常用应用程序图标 / 17

技巧2 隐藏【开始】菜单固定程序列表中的默认显示图标 / 19

技巧3 清理【开始】菜单中最近使用过的程序列表 / 20

技巧4 在【开始】菜单中显示收藏夹 / 22

1.2 设置鼠标和键盘 / 23

技巧1 左手使用鼠标 / 23

技巧2 调整鼠标移动和双击速度 / 24

技巧3 更改鼠标指针样式 / 25

技巧4 设置光标闪烁频率和字符重复速度 / 26

1.3 设置输入法 / 27

1.3.1 输入法的通用设置技巧 / 27

技巧1 找回丢失的输入法图标 / 27

技巧2 快速打开常用的输入法 / 28

1.3.2 拼音输入法的设置技巧 / 30

技巧1 在智能ABC中添加常用的词语 / 30

技巧2 使用智能ABC的“以词定字”功能输入文字 / 32

技巧3 使用智能ABC“笔形输入法”输入不会读的字 / 33

技巧4 使用微软拼音输入法的“模糊音”输入文字 / 34

技巧5 使用微软输入法中的“手写输入”功能输入文字 / 35

1.4 管理文件和文件夹 / 36

技巧1 显示文件的扩展名 / 36

技巧2 快速找回误删的文件 / 37

技巧3 显示文件夹的提示信息 / 38

技巧4 给批量文件和文件夹改个名 / 39

技巧5 更改文件的打开方式 / 40

第2章 系统的管理和维护 / 45

2.1 系统的管理 / 46

技巧1 关闭【远程协助】功能 / 46

技巧2 关闭【系统还原】功能 / 47

技巧3 让系统在关机时弹出提示信息 / 48

技巧4 加快开机速度 / 49

技巧5 清理系统垃圾文件 / 51

2.2 系统的维护 / 56

技巧1 整理磁盘碎片 / 56

技巧2 禁用Guest账户 / 58

技巧3 关闭自动播放功能 / 60

技巧4 锁定【注册表编辑器】窗口 / 61

技巧5 关闭远程桌面 / 62

技巧6 禁止发送错误报告 / 63

技巧7 更改文件和文件夹的权限 / 64

第3章 影音娱乐 / 69

3.1 播放经典影音——Windows Media Player / 70

技巧1 巧设Windows Media Player / 70

技巧2 显示经典菜单 / 72

技巧3 将常听的音乐添加到同一个列表中 / 73

技巧4 将CD光盘中的音乐或戏曲复制到电脑中 / 76

3.2 畅听喜爱的音乐——千千静听 / 79

技巧1 自动搜索并选取最佳歌词 / 79

技巧2 找回丢失的千千静听主窗口 / 82

技巧3 妙用千千静听收听电台广播 / 83

技巧4 听着广播或音乐入睡时定时关机 / 85

3.3 轻松观赏影片——暴风影音 / 86

技巧1 更换暴风影音的底色和列表字体大小 / 86

技巧2 体验视频画面的千变万化 / 88

技巧3 截取精彩瞬间 / 90

技巧4 继续观看上次未看完的戏剧 / 91

第4章 网上冲浪 / 95

4.1 网页浏览 / 96

技巧1 巧设IE浏览器的临时文件夹 / 96

技巧2 屏蔽弹出的广告窗口 / 98

技巧3 通过历史记录查找曾浏览过的网页 / 99

4.2 网上信息搜索和下载 / 100

技巧1 使用搜索引擎搜索新闻信息 / 100

技巧2 使用搜索引擎搜索特定资料 / 102

技巧3 使用搜索命令快速搜索特定类型的文件 / 103

技巧4 快速搜索并播放经典老歌 / 105

技巧5 快速搜索并欣赏戏曲 / 107

技巧6 快速下载网页中的精美图片 / 108

技巧7 使用下载工具搜索并下载超大资源 / 109

4.3 电子邮件的收发 / 113

技巧1 设置邮箱自动回复 / 113

技巧2 使发送的每封邮件都带有自己的个性签名 / 115

技巧3 发送一封带有附件的邮件 / 118

技巧4 发送一封带有个性化信纸的邮件 / 121

技巧5 给远方的孙女发送一封亲手制作的生日明信片 / 122

4.4 QQ聊天技巧 / 127

技巧1 快速识别QQ好友 / 127

技巧2 给QQ聊天记录加密 / 128



技巧3 设置QQ自动回复功能 / 130

技巧4 使用QQ实现多人聊天 / 132

技巧5 将游戏玩家加为QQ好友 / 133

4.5 网络安全 / 135

技巧1 防止填写信息泄露 / 135

技巧2 预防网页恶意代码 / 137

技巧3 预防QQ炸弹攻击 / 139

技巧4 使用天网防火墙抵御Ping攻击 / 141

第5章 故障排除 / 145

5.1 显示器故障排除 / 146

技巧1 让显示器看起来更舒服 / 146

技巧2 让字变得更大 / 148

技巧3 让显示器别再“发抖” / 149

5.2 鼠标和键盘故障排除 / 152

技巧1 鼠标常见问题轻松解决 / 152

技巧2 数字键盘没问题 / 155

第2部分 巧用数码产品 / 159

第6章 手机 / 160

6.1 选购与维护 / 161

技巧1 快速选购手机 / 161

技巧2 正确保养手机 / 163

6.2 手机的使用 / 164

技巧1 认识联想A599手机 / 164

技巧2 保存亲人的手机号 / 166

技巧3 给好友发送短信 / 167

技巧4 拼音输入法 / 169

第7章 数码相机 / 173

7.1 数码相机的选购与维护 / 174

技巧1 挑选合适的数码相机 / 174

技巧2 正确使用存储卡 / 175

技巧3 节省电池用量 / 176

技巧4 数码相机的保养 / 177

7.2 常见拍摄问题 / 177

技巧1 室内拍摄模糊不清 / 177

技巧2 严重偏色 / 178

技巧3 近距离拍摄效果不好 / 179

技巧4 动态效果不理想 / 179

技巧5 晚间拍摄有人无景 / 180

技巧6 拍摄山水景观 / 181

7.3 照片的处理 / 182

技巧1 去除瑕疵 / 182

技巧2 修复老照片 / 184

技巧3 去除红眼 / 186

第8章 数码摄像机 / 191

8.1 数码摄像机的选购和维护 / 192

技巧1 几款经典数码摄像机的全方位性价比 / 192

1. 佳能数码摄像机/192
2. 索尼数码摄像机/195
3. 三星数码摄像机/196

技巧2 数码摄像机配件的介绍和选购 / 197

1. 电池/198
2. DV带/198
3. 三脚架/199
4. 摄影包/199

技巧3 软硬兼施保养数码摄像机 / 200

1. 硬保护/200
2. 软保护/201

8.2 数码摄像机的使用 / 202

8.2.1 DV拍摄的基本技巧/202

技巧1 DV拍摄中的光线运用技巧 / 202

1. 合理利用自然光/203
2. 合理利用人工光/203
3. 混合光/204

技巧2 DV拍摄中的曝光补偿技巧 / 204

技巧3 DV拍摄中光圈与快门调节技巧 / 205

8.2.2 DV拍摄的实际应用技巧/206

技巧1 DV夜景拍摄技巧 / 206

技巧2 为儿童制作成长纪念册 / 208

8.3 影像的处理技巧 / 210

技巧1 添加转场效果 / 210

技巧2 制作淡入淡出字幕 / 213

第9章 其他外接设备 / 217

9.1 U盘 / 218

技巧1 U盘的选购 / 218

技巧2 将孙女的照片存储到U盘中 / 219

技巧3 让U盘读取更快 / 223

技巧4 U盘使用小窍门 / 225

9.2 移动硬盘 / 227

技巧1 移动硬盘的选购 / 227

技巧2 给移动硬盘命名 / 229

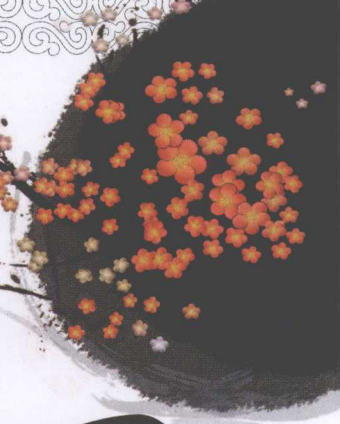
技巧3 让读写速度变快 / 230

技巧4 使用移动硬盘的注意事项 / 232

9.3 打印机 / 235

技巧1 打印机的选购 / 235

技巧2 安装打印机驱动 / 236



巧用电脑

第1部分

● 系统的基本设置

● 影音娱乐

● 故障排除

● 系统的管理和维护

● 网上冲浪

第1章

系统的基本设置

- 设置电脑桌面
- 设置鼠标和键盘
- 设置输入法
- 管理文件和文件夹



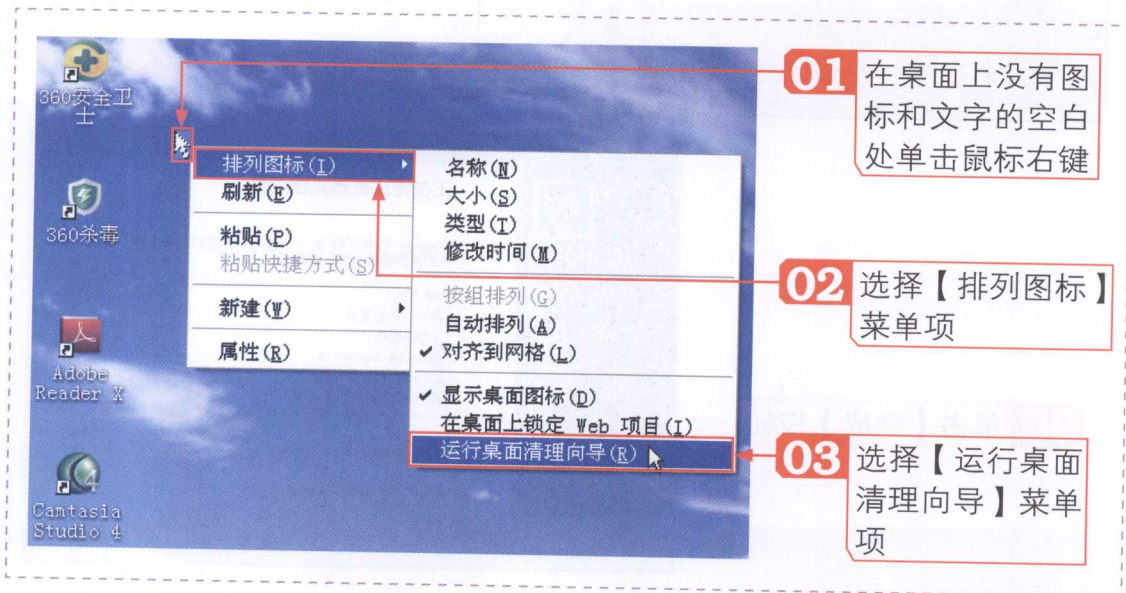
1.1 设置电脑桌面

设置电脑桌面是对电脑进行所有操作的第一步。下面以Windows XP操作系统为例，简单地介绍设置电脑桌面的各种技巧。

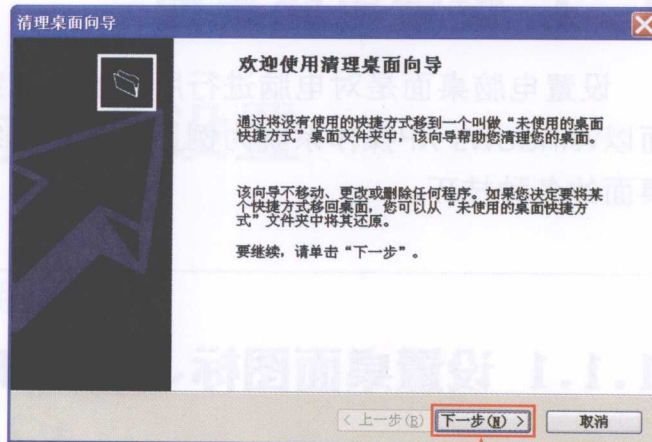
1.1.1 设置桌面图标、背景和屏幕保护

技巧1 清理桌面上未使用的快捷方式图标

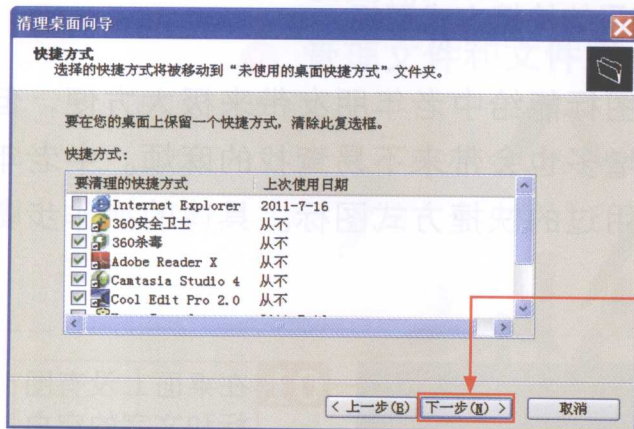
在桌面上添加快捷方式图标能给中老年朋友带来极大方便，但是，桌面上快捷方式图标的增多也会带来不易查找的麻烦。中老年朋友可以清理桌面上从未使用过的快捷方式图标。具体的操作步骤如下。



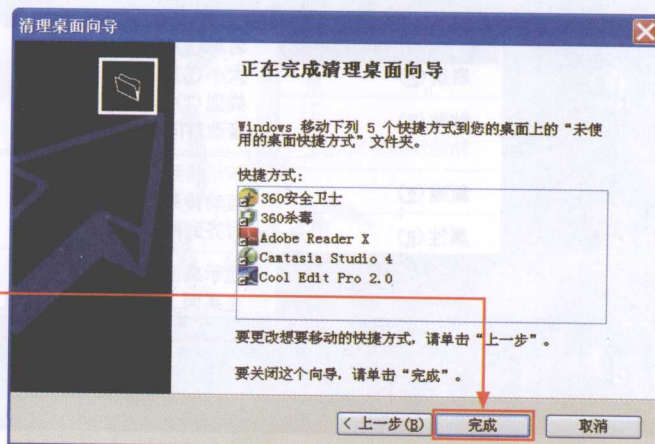
弹出【清理桌面向导】对话框



04 单击【下一步】按钮



05 单击【下一步】按钮



06 单击【完成】按钮