

笔记本电脑应用

■ 龙马工作室 编著

从 新手 到 高手

权威作者团队

资深电脑专家与经验丰富的电脑教师联手
编著。

为新手量身打造

从零开始、由浅入深，融合大量实战案例，
采用图解和视频教学双模式，立体化辅助
学习，使初学者能够真正掌握并熟练应用。

精选经典案例

结合日常生活、学习、工作中常见的案例和
问题，以实用为宗旨，真正做到学以致用。

高手指导学习

「高手私房菜」和「高手秘籍篇」，帮助
读者完成从新手到高手的蜕变。

赠

超值
DVD

19小时与本书内容同步的视频教学录像
常见Windows 7蓝屏代码含义速查表
80页Word 2010精选案例应用电子书
132页Excel 2010精选案例应用电子书
五笔字根查询手册
2000个常用汉字五笔编码查询手册
本书所有内容的教学用PPT



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

赠

超值
手册



笔记本电脑应用

■ 龙马工作室 编著



人民邮电出版社

北京

图书在版编目(CIP)数据

笔记本电脑应用从新手到高手 / 龙马工作室编著

-- 北京: 人民邮电出版社, 2011. 2

ISBN 978-7-115-24415-4

I. ①笔… II. ①龙… III. ①便携式计算机—基本知识
IV. ①TP368.32

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第242180号

内 容 提 要

本书以零基础讲解为宗旨,用实例引导读者深入学习,深入浅出地讲解笔记本电脑的使用方法和技巧。

本书分为6篇:第1篇【入门篇】主要讲解笔记本电脑的认识与选购、笔记本电脑的保养、笔记本电脑的基本操作和技巧、笔记本电脑的基本设置等;第2篇【娱乐篇】主要讲解图片与照片的浏览和处理、影音享受、刻录光盘、电脑游戏攻略等;第3篇【网络篇】主要讲解笔记本电脑上网方式全攻略、精彩的网络世界、网上聊天、玩转QQ应用、博客与微博、在网络中生活等;第4篇【办公篇】主要讲解使用Word处理办公文档、使用Excel制作公司报表等;第5篇【维护篇】主要讲解笔记本电脑优化设置、笔记本电脑安全防护、故障诊断与处理、操作系统备份、还原与重装等;第6篇【高手秘籍篇】主要讲解高手的使用技巧,包括无光驱使用U盘安装笔记本电脑操作系统、笔记本电脑自主升级攻略等。

本书附赠一张DVD多媒体教学光盘,包含19小时与图书内容同步的视频教学录像,并赠送Windows 7蓝屏代码含义速查表、Word 2010精选案例应用电子书、Excel 2010精选案例应用电子书、五笔字根查询手册、常用汉字五笔编码查询手册以及本书内容的教学用PPT等超值资源,便于读者扩展学习。

本书不仅适合笔记本电脑的初、中级读者学习使用,同时也可作为各类院校相关专业学生和电脑培训学员的教材或辅导用书。

笔记本电脑应用从新手到高手

◆ 编 著 龙马工作室

责任编辑 张 翼

◆ 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 电子函件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京铭成印刷有限公司印刷

◆ 开本: 787×1092 1/16

印张: 28.25

字数: 760千字

印数: 1-5 000册

彩插: 1

2011年2月第1版

2011年2月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-24415-4

定价: 59.00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

前言

电脑是现代信息社会的重要标志,掌握丰富的电脑知识、正确熟练地操作电脑已成为信息时代对每个人的要求。为满足广大读者的学习需要,我们针对不同学习对象的接受能力,总结了多位电脑高手、高级设计师及计算机教育专家的经验,精心编写了这套“从新手到高手”丛书。



丛书主要内容

本套丛书涉及读者在日常工作和学习中各个常见的电脑应用领域,在介绍软硬件的基础知识及具体操作时均以读者经常使用的版本为主,在必要的地方也兼顾了其他版本,以满足不同领域读者的需求。本套丛书主要包括以下品种。

《学电脑从新手到高手》	《学上网从新手到高手》
《Windows 7 从新手到高手》	《笔记本电脑应用从新手到高手》
《电脑维护与故障处理从新手到高手》	《系统安装、重装、备份与还原从新手到高手》
《黑客攻防从新手到高手》	《PowerPoint 2010 从新手到高手》
《Office 2010 办公应用从新手到高手》	《Office 2003 办公应用从新手到高手》
《Excel 2010 从新手到高手》	《Excel 2003 从新手到高手》
《Word/Excel 2010 办公应用从新手到高手》	《Word/Excel/PowerPoint 2010 三合一从新手到高手》
《Photoshop CS5 从新手到高手》	《AutoCAD 2011 从新手到高手》
《Dreamweaver CS5 从新手到高手》	《Flash CS5 从新手到高手》



本书特色

❖ 零基础、入门级的讲解

无论读者是否从事计算机相关行业,是否接触过笔记本电脑,都能从本书中找到最佳的起点。本书入门级的讲解,可以帮助读者快速地从新手向高手行列迈进。

❖ 精心排版,实用至上

双色印刷既美观大方又能够突出重点、难点。精心编排的内容可帮助读者对所学知识深化理解、触类旁通。

❖ 实例为主,图文并茂

在介绍过程中,每一个知识点均配有实例辅助讲解,每一个操作步骤均配有对应的插图加深认识。这种图文并茂的方法,能够使读者在学习过程中直观、清晰地看到操作过程和效果,

便于深刻理解和掌握。

❖ 高手指导，扩展学习

本书在每章的最后以“高手私房菜”的形式为读者提炼了各种高级操作技巧，同时在全书最后的“高手秘籍篇”中，还总结了大量系统实用的操作方法，以便读者学习到更多的内容。

❖ 双栏排版，超大容量

本书采用双栏排版的格式，大大扩充了信息容量，在400多页的篇幅中容纳了传统图书700多页的内容。这样，就能在有限的篇幅中为读者奉送更多的知识和实战案例。

❖ 超值随身速查手册

随书赠送笔记本电脑技巧查询手册，包括笔记本电脑使用技巧查询、笔记本电脑维护技巧查询、Windows 7系统使用技巧查询和常见系统故障处理技巧查询等，随用随查，方便携带。

❖ 书盘结合，互动教学

本书配套的多媒体教学光盘内容与书中知识紧密结合并互相补充。在多媒体光盘中，我们仿真工作、学习中的真实场景，帮助读者体验实际工作环境，并借此掌握日常所需的知识和技能以及处理各种问题的方法，达到学以致用目的，从而大大增强了本书的实用性。

光盘特点

❖ 19小时全程同步视频教学录像

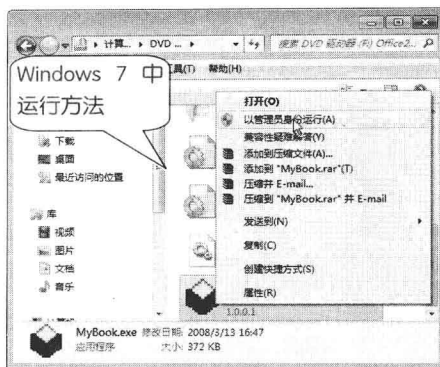
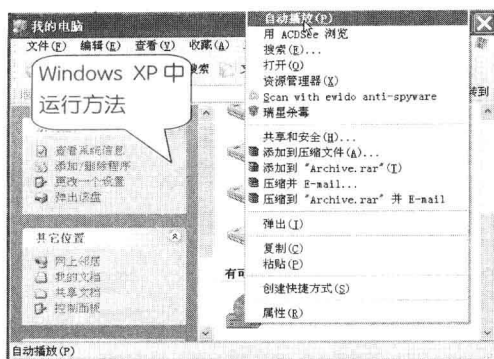
涵盖本书所有知识点，详细讲解笔记本电脑的基本使用方法和技巧，扩展的讲解部分可使读者获得更多的知识。

❖ 超多、超值资源大放送

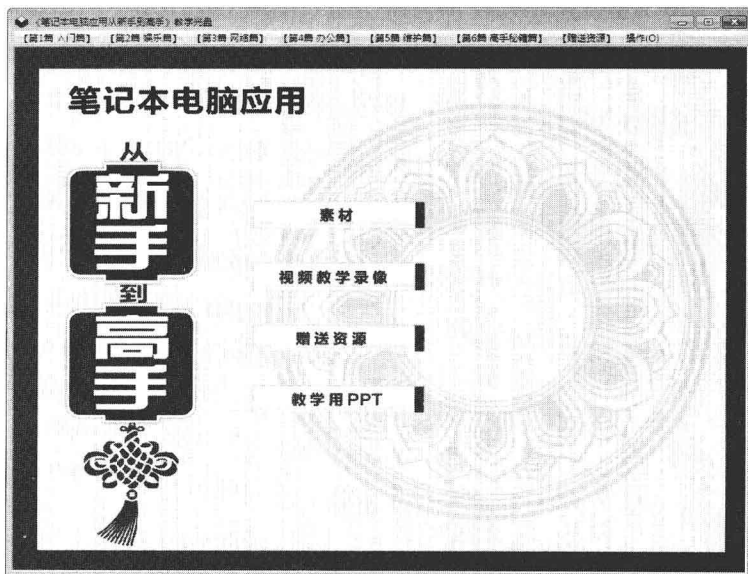
随书赠送 Windows 7 蓝屏代码含义速查表、Word 2010 精选案例应用电子书、Excel 2010 精选案例应用电子书、五笔字根查询手册、常用汉字五笔编码查询手册以及本书内容的教学用 PPT 等超值资源，便于读者扩展学习。

配套光盘运行方法

- ① 将光盘印有文字的一面朝上放入光驱中，几秒钟后光盘就会自动运行。
- ② 若光盘没有自动运行，可以双击桌面上的【我的电脑】图标打开【我的电脑】窗口，然后双击【光盘】图标，或者在【光盘】图标上单击鼠标右键，在弹出的快捷菜单中选择【自动播放】菜单项，光盘即可运行。（在Windows 7操作系统下第1次运行光盘，需要双击桌面上的【计算机】图标，然后右击【光盘】图标，在弹出的快捷菜单中选择【打开】，在打开的光盘文件夹中右击【MyBook.exe】，在弹出的快捷菜单中选择【以管理员身份运行】。以后运行光盘，则直接双击光盘图标即可。）



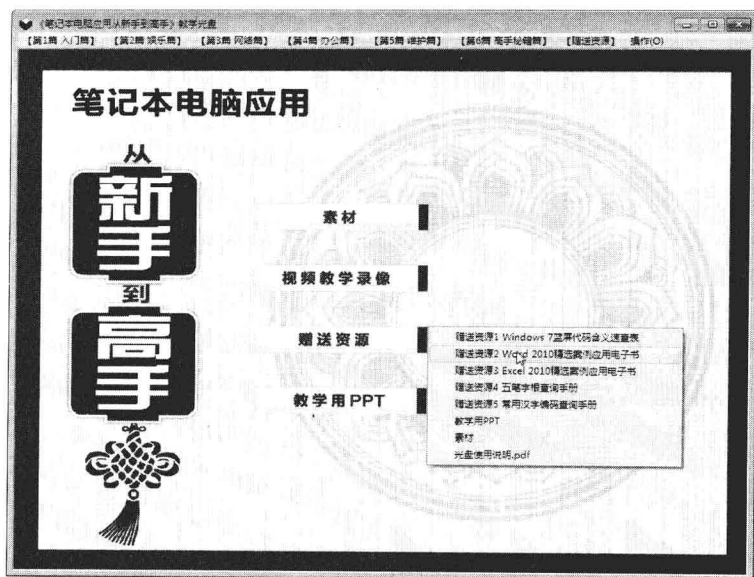
③ 光盘运行后会首先播放片头动画，之后便可进入光盘的主界面。



④ 单击【视频教学录像】按钮，在右侧弹出的菜单中依次选择相应的篇、章、录像名称，即可播放本节录像。



⑤ 单击【赠送资源】按钮，在右侧弹出的菜单中选择赠送资源名称，即可打开相应的赠送资源文件或文件夹。



⑥ 单击【素材】或【教学用PPT】按钮，即可打开相对应的文件夹。

⑦ 光盘使用详细说明请参阅光盘中“其他内容”文件夹下的“光盘使用说明.pdf”文档。

⑧ 选择【操作】>【退出本程序】菜单项，或者单击光盘主界面右上角的✕按钮，即可退出本光盘系统。



创作团队

本书由龙马工作室策划编著，参与本书编写、资料整理、多媒体开发及程序调试的人员有孔万里、李震、王果、王金林、陈小杰、胡芬、乔娜、周奎奎、陈芳、刘卫卫、李强、彭超、李东颖、左琨、邓艳丽、任芳、王杰鹏、崔姝怡、左花苹、刘锦源、普宁、张允、杨雪青、孙娟和王菲等。

在编写过程中，我们竭尽所能地将最好的讲解呈现给读者，但也难免有疏漏和不妥之处，敬请广大读者不吝指正。若您在学习过程中产生疑问，或有任何建议，可发送电子邮件至 march98@163.com。

本书责任编辑的联系信箱：zhangyi@ptpress.com.cn。

龙马工作室

目 录

CONTENT

第1篇 入门篇

笔记本电脑与台式电脑有一定的差别，那么应该注意哪些事项呢？本篇将一一为你解答。

第1章 入手爱本——笔记本电脑的认识与选购 ----- 2



本章视频教学录像：45 分钟

买笔记本电脑又不想被宰，你需要了解这些内容。

- 1.1 了解笔记本电脑 ----- 3
- 1.2 笔记本电脑的构成 ----- 6
- 1.3 笔记本电脑的选购技巧 ----- 11
- 1.4 验机技巧 ----- 14



高手私房菜 ----- 16

- 技巧1：笔记本电脑选购误区 ----- 16
- 技巧2：奸商伎俩 ----- 16

第2章 呵护备至——笔记本电脑的保养 ----- 18



本章视频教学录像：23 分钟

毕竟笔记本电脑价格不菲，对它的精心呵护和保养是非常必要的。

- 2.1 外壳保养 ----- 19
- 2.2 显示屏保养 ----- 19
- 2.3 电池保养 ----- 20
- 2.4 键盘保养 ----- 21
- 2.5 硬盘保养 ----- 22
- 2.6 光驱保养 ----- 23



高手私房菜 ----- 23

- 技巧：如何让笔记本电脑健康地度过炎热的夏季 ----- 23

第3章 第一次接触——笔记本电脑的基本操作 ----- 25



本章视频教学录像：1 小时 5 分钟

接通电源、掀开盖子之后，该如何正确使用呢？本章教你下一步的操作。

3.1 开关机操作	26
3.2 使用键盘和鼠标	27
3.3 认识桌面的组成	28
3.4 窗口的基本操作	35
3.5 文件的基本操作	38
3.6 文件夹的基本操作	46
3.7 快捷方式的基本操作	52
3.8 应用程序的安装与卸载	53



高手私房菜	58
-------	----

技巧1: 文件或文件夹的加密	58
技巧2: 文件或文件夹的解密	59
技巧3: 隐藏与显示桌面图标	60

第4章 笔记本电脑的基本设置 61

 本章视频教学录像: 28 分钟

要想使笔记本电脑的使用更顺手, 就需要对操作系统进行各种基本设置。

4.1 个性化设置	62
4.2 时间日期设置	65
4.3 账户设置	67
4.4 网络设置	71



高手私房菜	72
-------	----

技巧1: 设置屏幕保护程序	73
技巧2: 快速设置桌面背景	74
技巧3: 通过设置显示颜色校准优化显示效果	74
技巧4: 设置最佳性能	76

第2篇 娱乐篇

笔记本电脑是一个可移动的娱乐平台。拥有了笔记本电脑, 就可以随时随地听音乐、看电影和处理照片等。

第5章 回眸精彩瞬间——图片与照片浏览、处理 79

 本章视频教学录像: 31 分钟

数码相机可以记录精彩的瞬间, 而使用笔记本电脑不仅能将这份纪念永久地保存起来, 更能够随时随地对其进行浏览和编辑。

5.1 查看图片	80
5.2 管理图片	82
5.3 处理照片	84
5.4 制作电子相册	89



高手私房菜 ----- 90

技巧1: 如何快速打印图片 ----- 90

技巧2: 如何将图片做成DVD光盘 ----- 91

第6章 影音享受 ----- 93



本章视频教学录像: 58 分钟

拥有了笔记本电脑, 用户就能随时随地欣赏音乐和电影。

6.1 听音乐 ----- 94

6.2 看电影 ----- 99

6.3 音频处理 ----- 104

6.4 视频处理 ----- 109

6.5 制作自己的MV ----- 114



高手私房菜 ----- 116

技巧1: 发烧级音质攻略 ----- 116

技巧2: 高清电影画质攻略 ----- 117

第7章 刻录光盘 ----- 118



本章视频教学录像: 44 分钟

使用笔记本电脑光驱的刻录功能, 可以轻松地将音乐和资料转移至光盘中。

7.1 刻录光盘镜像文件 ----- 119

7.2 刻录普通数据光盘 ----- 119

7.3 刻录音乐光盘 ----- 122

7.4 刻录VCD或DVD ----- 127

7.5 一张光盘变多张——光盘复制 ----- 130



高手私房菜 ----- 131

技巧1: 用Nero翻录CD音乐 ----- 131

技巧2: 为视频添加遮罩 ----- 132

第8章 休闲时刻——电脑游戏攻略 ----- 133



本章视频教学录像: 23 分钟

适当地放松, 是为了以更好的状态投入工作。电脑游戏就能够使用户暂时忘却现实的烦恼, 使身心得到彻底地放松和休息。

8.1 棋类和纸牌类游戏 ----- 134

8.2 精彩休闲小游戏 ----- 136

8.3 网络游戏 ----- 137



高手私房菜	139
技巧1: 哪些网游账号容易被盗	139
技巧2: 网游账号的安全防范	140
技巧3: 使用木马清除大师清除传奇新木马	142

第3篇 网络篇

使用笔记本电脑随时随地上网。

第9章 笔记本电脑上网方式全攻略 146

 本章视频教学录像: 18 分钟

你可以选择最合适、最舒服的上网方式。

9.1 有线上网	147
9.2 随时随地无线上网	153



高手私房菜	156
技巧1: 提高无线网络的安全性	156
技巧2: 上网经常掉线怎么办	157

第10章 精彩的网络世界 158

 本章视频教学录像: 1 小时 23 分钟

在心爱的笔记本电脑中, 体验精彩的网络世界。

10.1 上网入门	159
10.2 精彩网络应用	162
10.3 搜索	166
10.4 下载	172



高手私房菜	177
技巧1: 让电脑记住我喜欢的网页	177
技巧2: 一点上网图标就能打开指定网页	178
技巧3: 我不想让别人看到我的上网记录	179
技巧4: 搜索与下载技巧	180

第11章 沟通零距离——网上聊天 182

 本章视频教学录像: 45 分钟

网上聊天, 拉近人与人之间的距离。

11.1 使用QQ聊天	183
-------------	-----

11.2 管理QQ好友	191
11.3 使用MSN聊天	193
11.4 免费打电话——网络电话	199



高手私房菜	201
-------	-----

技巧1: 从网页上登录QQ	201
技巧2: QQ安全设置	201
技巧3: 在MSN共享空间中上传照片	203

第12章 时尚网络达人必备——玩转QQ应用 205



本章视频教学录像: 36 分钟

使用QQ聊天已经成为人们生活的一部分,QQ的一些娱乐应用已成为了时尚的标志。

12.1 玩转QQ游戏	206
12.2 QQ空间	210
12.3 QQ农场偷菜	213
12.4 QQ牧场	214
12.5 QQ抢车位	215
12.6 QQ宠物	216



高手私房菜	219
-------	-----

技巧1: 使用QQ邮箱发送超大附件	219
技巧2: 使用QQ网络硬盘	220

第13章 博客与微博 221



本章视频教学录像: 40 分钟

你可以通过博客发表心情和见解,也可以使用如今最流行的微博来分享一句话感想。

13.1 博客(新浪博客)	222
13.2 微博(新浪微博)	229
13.3 手机玩微博	235



高手私房菜	238
-------	-----

技巧: 自定义我的微博背景	238
---------------	-----

第14章 让生活更便捷——在网络中生活 241



本章视频教学录像: 1 小时 2 分钟

网络正在改变人们的生活,它让生活更加便捷。

14.1 生活查询	242
14.2 网上购物	250
14.3 网上开店	253



高手私房菜 ----- 261

- 技巧1: 认识网络交易中的骗术 ----- 261
- 技巧2: 如何合理为商品定价 ----- 262
- 技巧3: 如何才能使支付宝实名认证不会失败 ----- 262

第4篇 办公篇

使用笔记本电脑，享受移动办公的便捷。

第15章 办公文档处理——使用Word ----- 265

 本章视频教学录像：40 分钟

Word 是制作和编辑办公文档的必备软件之一，你可以使用 Word 轻松地制作出专业的文档。

- 15.1 了解Word办公软件 ----- 266
- 15.2 基本操作 ----- 267
- 15.3 输入内容 ----- 270
- 15.4 查找和替换功能 ----- 273
- 15.5 设置格式 ----- 275
- 15.6 插入图片 ----- 279
- 15.7 使用艺术字美化文档 ----- 281



高手私房菜 ----- 283

- 技巧1: 使用Word 发表博客 ----- 283
- 技巧2: 限制编辑 ----- 285
- 技巧3: 合并批注后的文档 ----- 285

第16章 公司报表制作——使用Excel ----- 286

 本章视频教学录像：2 小时 42 分钟

使用 Excel，让数据变得直观，让报表制作变得容易。

- 16.1 了解Excel 2010软件 ----- 287
- 16.2 Excel 2010的基本操作 ----- 288
- 16.3 输入与编辑内容 ----- 294
- 16.4 插入图片 ----- 298
- 16.5 创建图表 ----- 300
- 16.6 数据的排序 ----- 302
- 16.7 使用公式和函数计算 ----- 303



高手私房菜 ----- 310

- 技巧1: 冻结窗口 ----- 310
- 技巧2: 快速设置格式 ----- 311
- 技巧3: 其他排序方式 ----- 311

第5篇 维护篇

要想使笔记本电脑的性能更加出众，需要对其进行必要的设置和维护。

第17章 让笔记本电脑更快更强——优化设置 -----315



本章视频教学录像：1 小时 24 分钟

将笔记本电脑的性能发挥到极致。

17.1 笔记本电脑整机优化 -----	316
17.2 笔记本电脑硬件优化 -----	329
17.3 笔记本电脑系统优化 -----	332
17.4 使用软件优化 -----	337



高手私房菜 -----	350
-------------	-----

技巧：如何对文件进行优化 -----	350
--------------------	-----

第18章 笔记本电脑安全防护 -----352



本章视频教学录像：44 分钟

面对复杂的使用环境和网络环境，笔记本电脑的安全问题不容小觑。

18.1 防盗 -----	353
18.2 认识电脑病毒和木马 -----	355
18.3 安装杀毒软件 -----	360
18.4 中毒后的处理 -----	361
18.5 如何预防病毒 -----	366
18.6 安装防火墙 -----	369



高手私房菜 -----	371
-------------	-----

技巧1：关闭正在运行的病毒、木马程序 -----	371
--------------------------	-----

技巧2：安全模式彻底杀毒 -----	372
--------------------	-----

技巧3：设置系统自带的防火墙 -----	372
----------------------	-----

第19章 自己维修——故障诊断与处理 -----375



本章视频教学录像：41 分钟

自己动手，让笔记本电脑故障去无踪。

19.1 操作系统故障 -----	376
19.2 网络故障 -----	380
19.3 硬件故障 -----	384



高手私房菜 -----	386
-------------	-----

技巧1: IRQ中断冲突	386
技巧2: 上网经常掉线	387
技巧3: 可以发送数据, 但不能接收数据	387

第20章 系统故障终极处理——操作系统备份、还原与重装 388

 本章视频教学录像: 34 分钟

中毒至深、系统崩溃? 幸好还有系统还原和重装这一法宝。

20.1 系统自带的备份还原工具	389
20.2 系统手动备份	393
20.3 系统还原	399
20.4 系统重装	401



高手私房菜 405

技巧1: 创建系统映像	405
技巧2: 使用系统映像还原系统	407

第6篇 高手秘籍篇

高手是这样使用笔记本电脑的。

第21章 无光驱使用U盘安装笔记本电脑操作系统 412

 本章视频教学录像: 23 分钟

即便没有光驱, 也照样安装操作系统。

21.1 什么情况下使用此方法	413
21.2 制作U盘启动盘	413
21.3 使用U盘启动PE后安装系统	415
21.4 使用U盘安装系统	419



高手私房菜 420

技巧1: 如何为U盘进行加密	420
技巧2: 加密U盘的使用	423
技巧3: 去除加密U盘的密钥	424

第22章 更上一层楼——笔记本电脑自主升级攻略 426

 本章视频教学录像: 35 分钟

笔记本电脑的配置已经过时了? 可以自主升级, 让笔记本电脑跟上时代。

22.1 笔记本电脑硬件升级	427
22.2 笔记本电脑外设升级	429
22.3 软件升级	430



高手私房菜	433
-------	-----

技巧1: 系统升级后如何还原和安装隐藏更新	433
-----------------------	-----

技巧2: 如何区分BIOS与CMOS	435
--------------------	-----

赠送资源 (光盘中)

赠送资源1 Windows 7蓝屏代码含义速查表

赠送资源2 Word 2010精选案例应用电子书

赠送资源3 Excel 2010精选案例应用电子书

赠送资源4 五笔字根查询手册

赠送资源5 常用汉字五笔编码查询手册

第①篇

入门篇

- ▶ 第1章 入手爱本——笔记本电脑的认识与选购
- ▶ 第2章 呵护备至——笔记本电脑的保养
- ▶ 第3章 第一次接触——笔记本电脑的基本操作
- ▶ 第4章 笔记本电脑的基本设置