

本书突出“基础”，强调“实用”，以全图解的方式讲解基础功能，循序渐进地介绍实用的行业应用，由易到难的写作顺序，四大课堂让您轻松快速地上电脑高手的道路，更有精心打造的多媒体光盘助您从零出发，一步一步地进入电脑应用世界！

步步深入

DEPTH
STEP BY STEP

新手学电脑

完全学习手册

高君佩 等编著

完全不知道
这软件？

——不要紧

完全不懂
怎样操作？

——不要紧

完全不懂怎
样上网？

——不要紧

完全不懂怎
样电脑办公？

——不要紧

步步深入 新手学电脑 完全学习手册

高君佩 等编著

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京•BEIJING

内 容 简 介

本书是“步步深入”系列丛书之一，它从快速入门、提高课堂、实例精讲、技能提升和成果验收 5 个阶段，引导读者通过电脑知识的学习、应用、技能和测试的学习流程，让读者在短时间内掌握电脑相关知识及其技巧应用等。全书共 19 章，第 1 章主要介绍了对电脑的认识，包括电脑的用途、种类、组成、电脑的外设和连接方法等内容。第 2 章介绍了如何巧用键盘和鼠标操作电脑。第 3~8 章介绍了 Windows 7 操作系统，包括认识 Windows 7 操作系统，打造 Windows 专属系统，创建和管理 Windows 7 系统中的账户成员，在 Windows 7 系统中使用输入法快速输入文字，管理电脑的文件资源，在生活中巧用 Windows 7 自带的程序。第 9~14 章介绍了网络的应用，包括如何连接到互联网，如何使用浏览器浏览网页，如何在网络中搜索并下载资源，如何在网络中通信，如何在网络平台中交流思想见解，如何体验网络新生活，如何使用网络轻松办理业务与购物理财等内容。第 15~17 章介绍了各软件的应用，包括常用工具软件、Word 2010 和 Excel 2010。第 18 章和第 19 章分别介绍了系统的优化与维护 and 电脑的安全管理。

本书内容浅显易懂，由浅入深地介绍了认识电脑、操作电脑、熟悉 Windows 7 系统、网络的应用、常用软件在工作和学习中的应用、电脑的优化与维护，以及电脑的安全等知识。

本书适合想要学习操作与维护电脑、操作 Windows 7 系统、上网和使用常用软件的广大初、中级学者，以及各行业办公、管理人员。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目 (CIP) 数据

新手学电脑完全学习手册 / 高君佩等编著. —北京: 电子工业出版社, 2013.1

(步步深入)

ISBN 978-7-121-18864-0

I. ①新… II. ①高… 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 (2012) 第 257667 号

责任编辑: 高洪霞

印 刷: 北京东光印刷厂

装 订: 三河市皇庄路通装订厂

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开 本: 787×1092 1/16 印张: 21.25 字数: 527 千字

印 次: 2013 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 4 000 册 定价: 56.00 元 (含光盘 1 张)

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。



前言 Preface

随着电脑的日益普及，以及国内互联网的迅猛发展，使用电脑和上网已经不仅仅是一种时尚，它正逐渐成为人们在现代生活中对信息管理、信息查询、办理业务、通信交流的一种迫切需求。越来越多的家庭用户已经开始习惯使用电脑上网，而上网要求用户必须掌握一定的电脑操作水平，如使用鼠标和键盘操控电脑、优化与维护电脑、电脑的安全管理。

本书正是针对初、中级读者学习需求，采用步步深入的方式，从对电脑的基础认识出发，详细介绍了电脑的基本操作、打造个性化 Windows 7 系统、浏览并保存网页中的有用信息、下载网络资源、网上娱乐、网上聊天、常用工具软件和办公软件的使用、电脑的优化与维护，以及安全管理等，便于读者夯实基础，稳步前进。

◆ 本书内容

本书共 19 章，第 1 章和第 2 章主要介绍了认识电脑和电脑的基本操作。第 3~8 章介绍了认识 Windows 7 操作系统，打造 Windows 专属系统，创建和管理 Windows 7 系统中的账户成员，在 Windows 7 系统中使用输入法快速输入文字，管理电脑的文件资源以及在生活中巧用 Windows 7 自带的程序。第 9~14 章介绍了网络的应用，包括如何连接到互联网，如何使用浏览器浏览网页，如何在网络中搜索并下载资源，如何在网络中通信，如何在网络平台中交流思想见解，如何体验网络新生活，如何使用网络轻松办理业务与购物理财等内容。第 15~17 章介绍了常用工具软件和办公软件的应用。第 18 章和第 19 章分别介绍了系统的优化与维护 and 电脑的安全管理。

◆ 本书特色

1. 循序渐进

本书从快速入门、提高课堂、实例精讲、技能提升、成果验收 5 个阶段，一步一步由浅入深地介绍电脑相关操作的知识点和知识点的实战应用，以及知识点的巩固。



前言 Preface

2. 理论与实践相结合

本书在介绍电脑相关知识点时，都是结合实际生活或者工作中常遇到的一些实例来介绍的，让读者在学习电脑相关知识的同时，了解该知识可以解决哪些实际问题，帮助读者更好地运用学习到的电脑相关知识。

◆ 本书适合对象

本书适合想学习电脑相关操作和上网的广大初、中级学者，以及各行业办公、管理人员。

希望本书能给广大读者学习使用电脑基础操作、上网和使用常用软件提供有效的帮助。

◆ 编写团队

本书由高君佩组织编写，参与书中资料收集、书稿编写和整稿处理的有李立、陈曼娟、隋婷婷、姚鲁、马兆平、朱丽娟、吴桂敏、刘晓阳、张建华、凌海兰、李日初、黄艳、邓小容、王雪怡等人。如果读者在使用本书时遇到问题，可以通过电子邮件与我们取得联系，邮箱地址为：jsj@phei.com.cn。由于作者水平有限，疏漏之处在所难免，恳请广大读者批评指正。

作者

目录 Contents

第1章 认识电脑从这里开始 1

基础课堂 2

- 1.1 电脑的用途和种类 2
 - 1.1.1 电脑的用途 2
 - 1.1.2 电脑的种类 3
- 1.2 电脑的组成 4
 - 1.2.1 电脑的硬件系统 4
 - 1.2.2 电脑的软件系统 6
- 1.3 常用的电脑外设 6
 - 1.3.1 键盘和鼠标 7
 - 1.3.2 移动硬盘 7
 - 1.3.3 摄像头 8
 - 1.3.4 音响 9
 - 1.3.5 打印机 10

提高课堂 10

- 1.4 电脑各硬件的连接方法 10

- 1.4.1 连接主机与显示器 11

- 1.4.2 将键盘和鼠标与
主机相连接 11

- 1.4.3 连接耳机与主机 12

- 1.4.4 连接主机与电源线 13

实例精讲 13

- 1.5 连接摄像头与主机 13

技能提升 14

- 技巧 1: 常用的操作系统有哪些 14

- 技巧 2: 怎样选购打印机 14

- 技巧 3: 如何将音响正确连接
到主机上 15

成果验收 正确连接主机与 各外部设备 15

第2章 巧用键盘和鼠标操控电脑 16

快速入门 17

- 2.1 掌握电脑的正确开关方法 17
 - 2.1.1 启动电脑 17

- 2.1.2 关闭电脑 18

- 2.1.3 重启电脑 18

- 2.2 使用鼠标操控电脑 19

2.2.1 鼠标的正确握法	19	 技能提升	25
2.2.2 鼠标的的基本操作	19	提问 1: 不同的鼠标指针分别代表什么含义	25
2.3 了解键盘的组成与操作	20	提问 2: 如何使用鼠标滚轮自动浏览功能	25
2.3.1 剖析键盘	21	提问 3: 什么是注销电脑及如何注销	25
2.3.2 击键的正确操作	21	 成果验收	
 提高课堂	22	更改电源按钮的默认状态为关机	26
2.4 找回消失的“休眠”命令	22		
 实例精讲	23		
2.5 让电脑自动进入睡眠状态	23		

第 3 章 与 Windows 7 系统的初次见面 27

 快速入门	28	3.4.1 打开 Windows XP 控制面板	34
3.1 华丽的 Windows 7 桌面	28	3.4.2 设置键盘和鼠标属性	34
3.1.1 认识桌面图标	28	 实例精讲	37
3.1.2 认识桌面背景	28	3.5 设置“Windows 任务管理器”进程的显示内容	37
3.1.3 认识“开始”菜单	29	 技能提升	37
3.1.4 认识任务栏	30	提问 1: 如何层叠显示打开的所有窗口	37
3.2 晶莹剔透的 Windows 7 窗口	30	提问 2: 如何重新加载 explorer.exe 进程	38
3.2.1 窗口的组成	30	提问 3: 如何利用控制面板卸载无用的应用程序	38
3.2.2 窗口的基本操作	31	 成果验收	
 提高课堂	32	强制性关闭未响应的应用程序	39
3.3 功能强大的 Windows 任务管理器	32		
3.3.1 打开 Windows 任务管理器	33		
3.3.2 结束未响应的应用程序	33		
3.4 全新的 Windows 7 控制面板	34		

第 4 章 创建和管理系统中的账户成员 40

 快速入门	41	4.2 为自己的账户渲染个性色彩	42
4.1 创建属于自己的账户	41	4.2.1 更改账户名称	42
		4.2.2 更换账户图片	43

4.2.3 更换账户类型	44
4.3 注销和快速切换用户账户	44
4.3.1 注销当前账户	44
4.3.2 快速切换至其他账户	45
 提高课堂	46
4.4 管理系统中的账户	46
4.4.1 设置显示 Administrator 账户	46
4.4.2 删除不用的用户账户	47
4.4.3 为账户加密	48
4.5 设置用户控制级别	49

 实例精讲	50
4.6 创建密码重设盘	50

 技能提升	52
提问 1: 如何为账户设置安全性 更高的密码	52
提问 2: 如何防止他人更改 账户密码	53
提问 3: GUEST 账户存在着 怎样的潜在威胁	53

 成果验收 创建属于自己的 账户	53
--	----

第 5 章 打造 Windows 7 专属系统 54

 快速入门	55
5.1 美化 Windows 7 桌面	55
5.1.1 快速排列桌面图标	55
5.1.2 更换 Aero 主题	55
5.1.3 更换桌面背景图片	56
5.1.4 设置屏幕分辨率和 刷新频率	59
5.2 打造个性化“开始”菜单	60
5.2.1 设置“开始”菜单隐私	60
5.2.2 控制开始菜单中显示 的已打开的项目数量	61
5.2.3 设置“开始”菜单中的 显示项目	61
5.3 我的任务栏我做主	62
5.3.1 调整任务栏的大小和位置	62
5.3.2 更改任务栏按钮	63
5.3.3 隐藏通知区域中的 指定图标	64

 提高课堂	65
5.4 利用 Tablet PC 输入面板记录 每日开支	65

5.5 利用家长控制协助限制孩子 玩耍电脑	67
5.5.1 设置孩子使用电脑的时间	67
5.5.2 限制孩子所玩的游戏类型	68
5.5.3 限制孩子使用的电脑程序	69
5.6 使用语音控制电脑	70
5.6.1 设置语音识别让电脑 认清你的声音	70
5.6.2 用声音执行操作让 电脑听话	74

 实例精讲	74
5.7 在桌面上添加时钟小工具	74

 技能提升	76
提问 1: 遇到看不清的文件 怎么办	76
提问 2: 如何调整屏幕上文本 显示的清晰度	76
提问 3: 如何让计算机更省电	77

 成果验收 更换桌面背景图	77
---	----

第6章 善用输入法快速输入文字 78

 快速入门	79	6.5.3 键面汉字的输入	90
6.1 选择输入法	79	6.5.4 简码字的输入	90
6.2 添加和删除输入法	79	6.5.5 成字字根的输入	91
6.2.1 添加输入法	79	6.5.6 键外汉字的输入	91
6.2.2 删除不常用的输入法	80	6.5.7 词组的输入	92
6.3 字体的安装与卸载	81	 实例精讲	93
6.3.1 安装字体	81	6.6 在五笔输入法中自造词语	93
6.3.2 卸载字体	82	 技能提升	93
 提高课堂	82	提问 1: 如何快速切换中英文 输入法	93
6.4 最热门的拼音输入法—— 搜狗输入法	82	提问 2: 如何开启搜狗输入法的 模糊音识别功能	94
6.4.1 设置搜狗拼音输入法	82	提问 3: 使用五笔输入法时只 忘记汉字的一个字根 的编码怎么办	94
6.4.2 使用搜狗拼音输入法	86	 成果验收 利用搜狗输入法 输入文本	94
6.5 打字效率最高的输入法—— 五笔输入法	87		
6.5.1 字根在键盘上的布局	87		
6.5.2 五笔输入法的基本原理	89		

第7章 管理电脑中的文件资源 96

 快速入门	97	 提高课堂	102
7.1 认识文件和文件夹	97	7.4 文件或文件夹的基本操作	102
7.1.1 什么是文件和文件夹	97	7.4.1 新建文件或文件夹	102
7.1.2 常见的文件类型	97	7.4.2 重命名文件或文件夹	103
7.2 浏览电脑中的文件和文件夹	98	7.4.3 复制文件或文件夹	104
7.2.1 在“计算机”窗口中 浏览文件和文件夹	98	7.4.4 移动文件或文件夹	105
7.2.2 使用“资源管理器” 浏览文件或文件夹	99	7.5 删除与还原文件或文件夹	106
7.2.3 文件夹的视图方式	100	7.5.1 删除文件或文件夹	106
7.3 选定文件或文件夹	101	7.5.2 从回收站中还原文件 或文件夹	107

7.5.3 清空回收站	107
7.6 搜索文件或文件夹	108
7.6.1 在“开始”菜单中搜索 文件或文件夹	108
7.6.2 在窗口中搜索文件 或文件夹	108
 实例精讲	110
7.7 隐藏文件和文件夹	110

 技能提升	111
提问 1: 如何更改文件夹图标	111
提问 2: 如何添加默认的 索引文件	112
提问 3: 如何在局域网中 共享“软件”文件夹	112

 成果验收 搜索扩展名为 ISO 的文件	112
--	-----

第 8 章 在生活中巧用 Windows 7 自带程序 114

 快速入门	115
8.1 使用计算器检查孩子的作业	115
8.1.1 启动计算器	115
8.1.2 认识计算器的主界面	116
8.1.3 使用计算器进行计算	117
8.2 使用录音机记录自己的 原创音乐	118
8.3 使用 Windows Media Player 播放音乐	119
8.4 使用截图工具截取精美图片	121
 提高课堂	123
8.5 利用写字板记录日记	123
8.5.1 启动写字板	123
8.5.2 设置页面格式	123
8.5.3 设置字体及段落格式	125
8.6 使用画图程序绘制房子	126

8.6.1 启动画图程序	126
8.6.2 认识画图程序的主界面	127
8.6.3 绘制房屋	127

 实例精讲	129
8.7 小玩几把 Windows 7 系统自带的游戏	129

 技能提升	131
提问 1: 如何使用截图工具完成 涂鸦操作	131
提问 2: 如何为截图工具设置 快捷键	131
提问 3: 如何在写字板中插入 日期和时间	132

 成果验收 使用计算器计算 汽车耗油量	132
---	-----

第 9 章 与互联网拉近距离 133

 快速入门	134
9.1 常见的上网方式	134
9.1.1 ADSL 上网	134

9.1.2 小区宽带	135
9.1.3 无线上网	135
9.2 了解上网所需的必备硬件设备	136
9.2.1 网线	136

9.2.2	网卡	137
9.2.3	调制解调器	138
9.3	了解上网所需的可选硬件设备	139
9.3.1	集线器	139
9.3.2	路由器	139
9.4	使用 IE 浏览器浏览网页	140
9.4.1	利用网址浏览网页	140
9.4.2	利用历史记录浏览网页	141

提高课堂 141

9.5	将喜欢的网页据为己有	141
9.5.1	收藏网页	142
9.5.2	整理收藏的网页	142
9.6	保存网页中的有用信息	144
9.6.1	保存网页中的图片	144
9.6.2	保存网页中的文字	144
9.7	最优化配置 IE 浏览器	145

9.7.1	设置腾讯首页为 浏览器主页	145
9.7.2	定期清除临时文件和 历史文件	146
9.7.3	提高浏览器的安全性	147

实例精讲 147

9.8	利用路由器实现多人共享上网	147
-----	---------------	-----

技能提升 149

技巧 1:	如何利用无线上网卡 实现无线上网	149
技巧 2:	如何利用导航网站 浏览网页	149
技巧 3:	如何让 IE 浏览器自动 阻止弹出的窗口	149

成果验收 在 IE 浏览器中 浏览网页 150

第 10 章 搜索与下载网络资源 151

基础课堂 152

10.1	IE 自带的搜索引擎——Bing	152
10.1.1	利用 Bing 搜索网页	152
10.1.2	利用 Bing 搜索视频	152
10.1.3	利用 Bing 搜索地图	153
10.2	功能强大的百度搜索引擎	155
10.2.1	利用百度搜索热门 新闻	155
10.2.2	利用百度搜索精美 图片	156
10.2.3	利用百度搜索劲爆 音乐	156

提高课堂 157

10.3	利用 IE 浏览器下载迅雷软件	157
10.4	利用迅雷软件下载暴风影音	158

10.4.1	搜索暴风影音	158
10.4.2	下载暴风影音	159

实例精讲 160

10.5	在驱动之家网站中搜索显卡 驱动程序	160
------	----------------------	-----

技能提升 161

提问 1:	如何使用关键字 搜索网页	161
提问 2:	如何利用百度搜索指定 Word 文档	161
提问 3:	如何设置迅雷下载文件 后自动查杀病毒	162

成果验收 使用迅雷下载 网络资源 162

第 11 章 网络通信连接你我他 163

基础课堂 164

- 11.1 使用 QQ 与好友闲聊 164
 - 11.1.1 申请免费的 QQ 账号 164
 - 11.1.2 查找与添加好友 165
 - 11.1.3 与好友视频聊天 166
 - 11.1.4 设置 QQ 头像和个性签名 168
- 11.2 使用 MSN 与国外朋友联系 169
 - 11.2.1 申请 Windows Live 账号 169
 - 11.2.2 添加联系人 170
 - 11.2.3 发送与接收即时消息 171
- 11.3 使用 Web 邮箱与好友互通邮件 172
 - 11.3.1 申请免费电子邮箱 172
 - 11.3.2 向好友发送电子邮件 173
 - 11.3.3 接收并回复电子邮件 173
- 11.4 使用飞信给好友发送免费短信 174
 - 11.4.1 登录飞信账号 175
 - 11.4.2 设置个人资料 175
 - 11.4.3 使用飞信给朋友发送短信 176

提高课堂 176

- 11.5 巧用 QQ 自带的高级功能 176
 - 11.5.1 利用 QQ 远程协助请求好友帮助 177
 - 11.5.2 给好友发送资料文件夹 177
 - 11.5.3 加入和退出 QQ 群 178
- 11.6 提高 MSN 的安全性能 180
- 11.7 在 Web 邮箱中创建通信录 181

实例精讲 182

- 11.8 在 QQ 中下载并使用皮肤 182

技能提升 183

- 提问 1: 如何在 QQ 中添加自定义表情 183
- 提问 2: 如何在 MSN 中与好友共享照片 184
- 提问 3: 如何申请 QQ 密码保护 184

成果验收 利用 QQ 与好友沟通 184

第 12 章 网络平台交流思想见解 186

基础课堂 187

- 12.1 利用论坛实现共同探讨和交流 187
 - 12.1.1 注册并登录论坛 187
 - 12.1.2 查看并评论别人发布的帖子 188
- 12.2 使用博客记录自己的所有感触 189
 - 12.2.1 注册并登录博客 189
 - 12.2.2 设置博客页面 192

- 12.2.3 编写并发表博文 193
- 12.3 使用 QQ 空间记录生活的点点滴滴 195
 - 12.3.1 开通 QQ 空间 195
 - 12.3.2 自定义 QQ 空间 196
 - 12.3.3 发表模板日志 197

提高课堂 198

- 12.4 在论坛中自己动手发帖 198

12.5 在博客中上传照片	199
12.6 在 QQ 空间中添加音乐	200
 实例精讲	201
12.7 利用微博随时广播身边 的最新关注	201
 技能提升	202

提问 1: 如何为自己的论坛 账户上传头像图片	202
提问 2: 如何在别人的 QQ 空间中留言	202
提问 3: 如何在微博中收听 好友的微博	202

 成果验收	利用微博广播 一条微博信息	203
---	--------------------------	-----

第 13 章 体验网络新生活 204

 基础课堂	205
13.1 在一听音乐网中收听 喜爱的音乐	205
13.1.1 登录一听音乐网	205
13.1.2 播放指定歌手的 专辑音乐	205
13.1.3 搜索并播放指定 的音乐	206
13.2 在网络中在线观看视频	207
13.2.1 在土豆网中观看 搞笑视频	207
13.2.2 在优酷网中观看 连续剧	208
13.3 在 QQ 游戏大厅中畅玩游戏	209
13.3.1 下载并安装 QQ 游戏大厅	209

13.3.2 登录 QQ 游戏	211
13.3.3 与网友欢乐斗地主	212
13.4 在 4399 小游戏玩街霸	213
 实例精讲	214
13.5 在 PPS 中观看热门电影	214
 技能提升	215
提问 1: 如何利用“飞速土豆” 保证视频流畅播放	215
提问 2: 如何邀请好友一起玩 QQ 游戏	215
提问 3: 如何跳过 PPS 中的 广告时间	216

 成果验收	在优酷网中观看 热播视频	216
---	-------------------------	-----

第 14 章 轻松完成业务办理和购物理财 217

 基础课堂	218
14.1 购物理财都靠它—— 网上银行	218
14.1.1 开通网上银行	218
14.1.2 查询账户余额	218

14.1.3 跨行转账	220
14.2 办理业务不排队—— 网上手机营业厅	221
14.2.1 登录网上营业厅	222
14.2.2 查询话费详单	222
14.2.3 取消与定制手机业务	223

14.3 在快钱网中偿还信用卡欠款	224
14.3.1 注册快钱账户	224
14.3.2 信用卡还款	226

提高课堂

14.4 网上购物超市——淘宝网	227
14.4.1 注册淘宝会员	227
14.4.2 激活支付宝	228
14.4.3 为支付宝充值	230
14.4.4 开始购物	231
14.5 炒股方便又轻松——电脑炒股	232
14.5.1 了解股市行情	232
14.5.2 查看基金净值	232

实例精讲

14.6 利用网上银行为手机充值	233
------------------------	-----

技能提升

提问 1: 如何保障网上银行 账户的安全	234
提问 2: 如何将支付宝中的 余额转入网上银行	234
提问 3: 如何利用同花顺看 清股票走势	235

成果验收 在淘宝网中选购 商品

第 15 章 常用工具软件全接触 236

基础课堂

15.1 压缩解压软件——WinRAR	237
15.1.1 加密压缩多个文件 或文件夹	237
15.1.2 将压缩文件解压到 本地电脑中	238
15.2 音乐播放软件——酷狗	239
15.2.1 注册酷狗会员	239
15.2.2 添加本地音乐	240
15.2.3 在线搜索并下载音乐	241
15.2.4 更换皮肤	242
15.3 视频播放软件——暴风影音	243
15.3.1 播放本地文件	243
15.3.2 添加多个文件至 播放列表	244

提高课堂

15.4 照片处理软件——光影魔术手	245
15.4.1 调整照片的色调 和饱和度	245

15.4.2 为照片添加精美边框	247
15.5 光盘刻录软件——Nero	248

15.5.1 将重要数据制作 成镜像文件	248
15.5.2 用镜像文件制作光盘	249

实例精讲

15.6 利用“暴风盒子”在线 观看影视	251
-------------------------------	-----

技能提升

提问 1: 如何将单个文件添 加至压缩文件中	252
提问 2: 如何自定义酷狗的 歌词字体和颜色	252
提问 3: 如何设置暴风影音 播放完毕后自动 关闭电脑	253

成果验收 使用酷狗搜索 最新的音乐

第 16 章 利用 Word 2010 编辑产品说明书 254

快速入门 255

- 16.1 新建“产品使用说明书”文档 255
 - 16.1.1 启动 Word 2010 255
 - 16.1.2 新建空白文档 255
 - 16.1.3 保存新建的文档 256
- 16.2 编辑“产品使用说明书”文本内容 256
 - 16.2.1 输入文本 257
 - 16.2.2 移动和复制文本 257
 - 16.2.3 查找与替换文本 258

提高课堂 259

- 16.3 设置“产品使用说明书”文档格式 259
 - 16.3.1 设置文本字体格式 260
 - 16.3.2 设置文字效果 261
 - 16.3.3 设置段落格式 262
- 16.4 在“产品使用说明书”文档中插入图片 263
 - 16.4.1 插入外部图片 263

16.4.2 设置图片样式 264

16.4.3 设置图片艺术效果 265

16.5 预览和打印“产品使用说明书”文档 265

16.5.1 预览“产品使用说明书”文档 266

16.5.2 打印“产品使用说明书”文档 266

实例精讲 267

16.6 为“产品使用说明书”文档套用文本样式 267

技能提升 269

提问 1: 如何根据模板新建文档 269

提问 2: 如何在文档中插入剪贴画 269

提问 3: 如何调整文档的页面布局 269

成果验收 调整文档的段落格式 270

第 17 章 利用 Excel 2010 创建员工薪资管理表 272

快速入门 273

- 17.1 创建“员工薪资管理表”工作簿 273
 - 17.1.1 新建“员工薪资管理”工作簿 273
 - 17.1.2 创建“员工基本工资表”工作表 273

17.2 编辑“员工基本工资表”工作表 274

17.2.1 合并首行单元格 274

17.2.2 调整行或列宽度 275

17.2.3 添加边框和底纹 275

提高课堂 276

17.3 计算员工实发工资 276

17.3.1	利用复制功能创建 “员工薪资管理表”	276
17.3.2	利用 VLOOKUP 函数 查询福利费	277
17.3.3	利用 IF 函数计算 个人所得税	279
17.3.4	输入实发工资计算公式	280
17.3.5	利用单元格引用计算 所有员工的薪资	280
17.4	排序与筛选员工薪资管理表	281
17.4.1	按照实发工资升序 排序数据	281
17.4.2	筛选基本工资低于 标准的员工	282

	实例精讲	283
--	-------------	-----

17.5	制作员工工资条	283
------	---------	-----

	技能提升	285
--	-------------	-----

提问 1:	如何借助拖动操作实现 工作表的复制	285
-------	----------------------	-----

提问 2:	如何跨行合并 单元格区域	286
-------	-----------------	-----

提问 3:	如何在工作簿中 定义名称	286
-------	-----------------	-----

	成果验收	为工作表添加 边框和底纹	286
--	-------------	-------------------------	-----

第 18 章 系统的优化与维护 287

	快速入门	288
--	-------------	-----

18.1	做好磁盘优化维护操作	288
18.1.1	定期清理系统磁盘	288
18.1.2	磁盘错误扫描	290
18.1.3	磁盘碎片整理	291
18.2	系统优化和设置	292
18.2.1	使用注册表加快 关机速度	292
18.2.2	使用组策略提高 网页浏览速度	294
18.2.3	减少系统启动时 的加载项目	295
18.3	使用系统自带的工具 还原系统	296
18.3.1	创建还原点	297
18.3.2	还原系统	298

	提高课堂	299
--	-------------	-----

18.4	为系统设置虚拟内存	299
18.5	重要文件的备份和还原	300

18.5.1	备份文件	300
18.5.2	还原文件	302
18.6	使用 GHOST 备份 与还原系统	304
18.6.1	使用 GHOST 备份 系统	304
18.6.2	使用 GHOST 还原 系统	306

	实例精讲	307
--	-------------	-----

18.7	使用 Windows 7 优化大师 优化系统	307
------	---------------------------	-----

	技能提升	308
--	-------------	-----

提问 1:	如何计划碎片整理	308
-------	----------	-----

提问 2:	如何删除所有还原点	308
-------	-----------	-----

提问 3:	如何设置禁止访问 注册表编辑器	309
-------	--------------------	-----

	成果验收	利用优化大师 对系统盘瘦身	309
--	-------------	--------------------------	-----

第 19 章 电脑的安全管理..... 311

快速入门..... 312

19.1 安全管理系统中的 文件和文件夹..... 312

19.1.1 文件和文件夹 的加/解密..... 312

19.1.2 文件和文件夹 的权限设置..... 313

19.2 配置瑞星防火墙抵御 黑客入侵..... 314

提高课堂..... 316

19.3 使用 360 杀毒软件查杀病毒..... 316

19.3.1 认识电脑病毒..... 316

19.3.2 开启 360 杀毒的 实时防护..... 317

19.3.3 使用 360 杀毒软件 查杀病毒..... 318

19.4 使用 360 安全卫士查杀 电脑木马..... 318

实例精讲..... 320

19.5 使用 360 安全卫士清除 恶意插件..... 320

技能提升..... 321

提问 1: 如何利用瑞星防火墙 阻止端口扫描..... 321

提问 2: 如何设置发现病毒后 先询问用户..... 321

提问 3: 如何开启 360 安全卫士 的木马防火墙..... 322

成果验收 利用 360 杀毒 扫描指定位置..... 322