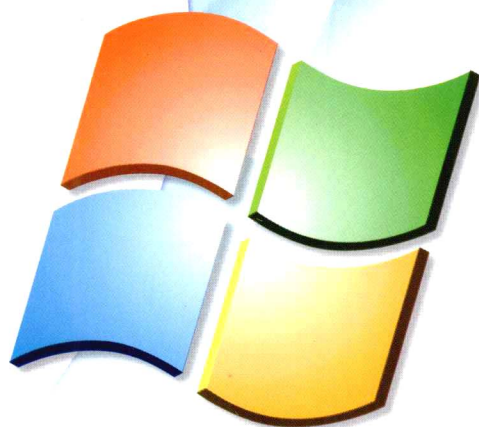


中央广播电视大学教材



计算机应用基础

Windows 7 操作系统

郑纬民 主编

 中央广播电视大学出版社

中央广播电视大学教材

计算机应用基础

—— Windows 7 操作系统

郑纬民 主编



中央广播电视大学出版社
北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

计算机应用基础. Windows 7 操作系统/郑纬民主编.
—北京: 中央广播电视大学出版社, 2012.8
中央广播电视大学教材
ISBN 978-7-304-04971-3

I. ①计… II. ①郑… III. ①电子计算机-广播电视
大学-教材 ②Windows 操作系统-广播电视大学-教材
IV. ①TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 168548 号

版权所有, 翻印必究。

中央广播电视大学教材

计算机应用基础

——Windows 7 操作系统

郑纬民 主编

出版·发行: 中央广播电视大学出版社

电话: 营销中心 010-58840200

总编室 010-68182524

网址: <http://www.crtvup.com.cn>

地址: 北京市海淀区西四环中路 45 号

邮编: 100039

经销: 新华书店北京发行所

策划编辑: 杜建伟

责任版式: 张利萍

责任编辑: 宋莹

责任校对: 王亚

责任印制: 赵联生

印刷: 北京云浩印刷有限责任公司

印数: 11001~31000

版本: 2012 年 8 月第 1 版

2013 年 1 月第 2 次印刷

开本: 787×1092 1/16

印张: 10 字数: 223 千字

书号: ISBN 978-7-304-04971-3

ISBN 978-7-900776-27-3 (光盘)

定价: 23.00 元 (含光盘一张)

(如有缺页或倒装, 本社负责退换)

计算机应用基础编写组

丛书主编

郑纬民

各模块主编

Windows 7 操作系统

郑纬民 刘小星

Word 2010 文字处理系统

刘小星

Excel 2010 电子表格系统

齐幼菊 朱 嵬 曹晓丽

Access 2010 数据库应用系统

姜增如

PowerPoint 2010 电子演示文稿系统 · 何晓新

前 言

从 20 世纪末开始, 人类世界逐步进入了信息化社会。作为支持信息化社会基础的微电子技术、计算机技术、通信技术和多媒体技术等, 以前所未有的速度向前发展, 特别是以计算机技术与通信技术结合而发展起来的计算机网络技术、计算机技术与电视技术结合并发展起来的多媒体技术正在改变着人们的工作、学习和生活方式。

“计算机应用基础”是向学习者传授计算机基础知识和培养计算机应用能力的入门课程, 其内容着重计算机的基础知识、基本概念和基本操作技能, 并兼顾实用软件的使用和计算机应用领域的前沿知识。该课程内容的设置不仅要考虑计算机的基础知识和基本概念, 更应当注重实用技术的应用。该课程的性质决定了: 只有解放思想, 不断更新和大胆革除陈旧、落后的内容, 同时在一定程度上兼顾全局, 才能使课程和教材具有更强的生命力, 才能适应现代计算机技术和知识不断发展的需要。

“计算机应用基础”是中央广播电视大学的公共基础课程, 而理工、财经、文法等不同学科学生的知识基础显然有一定的差别, 环境、条件和所学专业也不相同, 但学习的最终目的是掌握计算机基础知识, 会使用微机及实用微机软件。因此, 在课程内容的编排及教学方法上尽可能地满足各种初学者的要求。模块化结构设计将在一定程度上满足不同学习主体的学习需求。

随着现代教育技术和远距离教育技术的发展, 特别是由于教学主体正在由以教师为中心向以学生为中心转变, 以自主化、个别化学习为主, 辅以一种或多种媒体完成学习内容已成为一种趋势。“计算机应用基础”课程的教学方法与教学媒体的使用必须紧密配合, 并采取下列适当的教学策略, 最终达到使学习者掌握基础知识和培养应用能力的教学目标:

- 根据教学目标选择和准备学习的活动、内容及不同的媒体资源;
- 注意学生的认知过程和学习规律, 将教学过程划分成较小的独立步子, 每一步只完成少量知识点, 认真安排和完成各步的进程;
- 通过一定的导学方式让学生检验自己对所学内容的理解和运用情况, 以便确定下一步的学习内容;
- 必须让学生立即知道每一步学习的结果, 以增强其学习的兴趣和信心;
- 适当的面授辅导帮助学生解决普遍存在的问题;
- 强调上机实习的重要性, 使学生认识到该课程的性质是培养实际操作能力的, 不上机就无法掌握课程内容, 也不可能达到学习目的;
- 加强各个教学过程的管理, 注意学习资源的共享和媒体的使用。

本系列教材由清华大学郑纬民教授主编。其中 Windows 7 操作系统第1、第2章由郑纬民

编写,第3~9章由刘小星编写;Word 2010 文字处理系统由刘小星编写;Excel 2010 电子表格系统第1~4章由齐幼菊编写,第5~6章由曹晓丽编写,第7~8章由朱嵬编写;Access 2010 数据库应用系统由姜增如编写;PowerPoint 2010 电子演示文稿系统由何晓新编写。受主编委托,全套教材由刘小星负责统稿。

本系列教材由清华大学吴文虎教授为主审,北京语言大学卢湘鸿教授、北京科技大学姚琳副教授、北京邮电大学王晓军副教授为成员的审定组审定。在本系列教材的审定过程中,审定组专家提出了许多中肯、宝贵的意见和建议。在本系列教材的编写过程中,还得到了中央广播电视大学严冰副校长、李林曙副校长、郭鸿院长和陶水龙研究员的支持和关心,在此,我们对各位专家和领导表示诚挚的敬意和衷心的感谢。

本系列教材主要为中央广播电视大学专科各专业学生编写,亦可作为各类成人高等院校学生和准备参加社会举办的各种水平、等级考试的个人自学使用。

由于作者的写作和知识水平有限,书中难免存在不妥之处,恳请读者批评和指正,以便再版时修正。

“计算机应用基础”课程建设组

2012年5月

教学建议

“计算机应用基础”课程系列文字教材采用了模块化结构，目前各模块的教学内容为：

- Windows 7 操作系统（含网络应用基础）
- Word 2010 文字处理系统
- Excel 2010 电子表格系统
- Access 2010 数据库应用系统
- PowerPoint 2010 电子演示文稿系统

每一教学模块包括教学内容、导学内容、教学辅导、实验指导和教学媒体使用指导等。

为方便学生自学，每一模块均配备了适合个别化、自主化学习和学习效果测试模块的 CAI 教学光盘，其目的是：

- 在缺少教师的情况下也可以完成学习任务；
- 使学生在在学习过程中及时了解自己每一步学习的理解和运用情况，增强学习的兴趣和信心，发现学习中的不足之处，确定下一步的学习内容和方法，将枯燥无味的习题融入具有一定趣味的自测过程之中；
- 由于本课程采取无纸化上机考试的方法，而 CAI 教学光盘中的学习效果测试模块的界面、功能按钮、题目形式和解题路径与无纸化考试相近，可以为学生适应无纸化考试方式打下基础。

本课程教学资源配合使用及学习过程如图 1 所示。

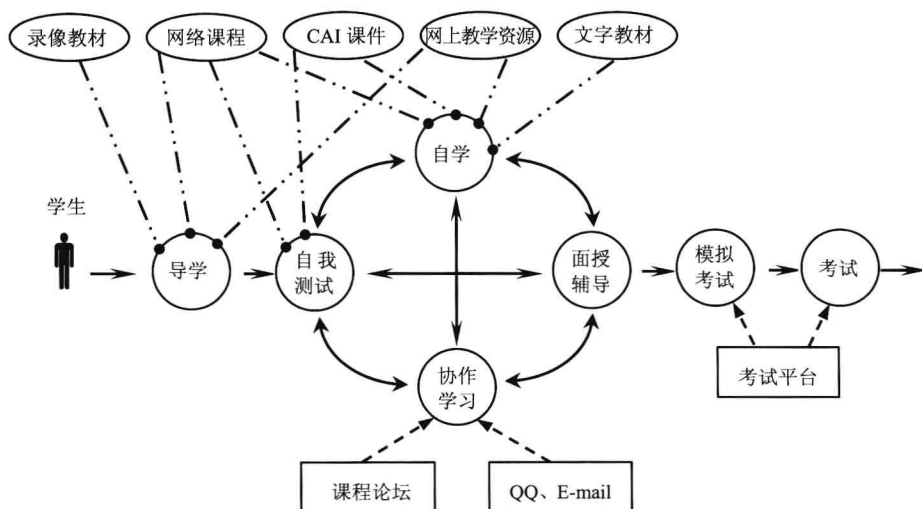


图 1 教学资源配合使用及学习过程示意图

本系列教材使用了表 1 中的导学图标，用于指导学生的学习活动。

表 1 导学图标

图标	说 明
	相关的重要提示
	观看录像教材或 CAI 教学光盘
	思考题
	作业题
	上机实验
	使用 CAI 教学光盘测试学习效果

 北京市复兴路 75 号（100039）中央广播电视大学工学院计算机系

 （010）57519188

 <http://www.open.edu.cn>

 xiaoxing@crtvu.edu.cn

目 录

Windows 7 操作系统.....	1
第 1 章 计算机基本知识.....	3
1.1 计算机的特性与组成	3
1.1.1 计算机的主要特征	3
1.1.2 计算机的硬件组成	5
1.1.3 计算机的软件组成	6
1.2 计算机的发展简史	7
1.2.1 计算机的发展历史	7
1.2.2 现代计算机的发展	9
1.3 计算机的应用	10
1.3.1 文档和网页制作	10
1.3.2 图形图像处理	11
1.3.3 产品和科技演示	12
1.3.4 数值和图表分析	12
1.3.5 数据管理	12
1.3.6 信息和参考	13
1.3.7 网络互联与信息通信	13
1.3.8 教育培训	14
1.3.9 休闲娱乐	14
1.3.10 账目和财务管理	15
1.3.11 商业管理	15
1.3.12 科学计算	16
第 2 章 计算机信息处理技术.....	17
2.1 计算机中的数与字符的表示方式.....	17
2.1.1 数制	18
2.1.2 数据表示——常用的信息编码.....	23

2.1.3	汉字输入法的简单介绍	25
2.2	计算机网络技术	26
2.2.1	计算机网络	26
2.2.2	计算机网络的组成	28
2.2.3	计算机网络和拓扑结构及分类	29
2.2.4	计算机网络技术的新应用与发展	29
2.3	计算机多媒体技术	33
2.3.1	多媒体计算机的定义和分类	34
2.3.2	多媒体技术的应用	35
2.3.3	多媒体技术的前景展望	35
2.4	信息安全技术	37
2.4.1	网络信息安全	37
2.4.2	信息加密策略	39
2.4.3	计算机病毒及其防治介绍	39
第3章 Windows 7 基本操作		42
3.1	Windows 简介	42
3.1.1	Windows 发展简史	42
3.1.2	Windows 7 简介	43
3.2	Windows 7 的启动和关闭	43
3.3	鼠标操作	44
3.4	图标和窗口操作	45
3.4.1	图标操作	45
3.4.2	“开始”按钮的操作	45
3.4.3	任务栏与驻留任务指示器的使用	46
3.4.4	窗口操作	47
3.5	菜单操作	49
3.5.1	菜单类型	49
3.5.2	菜单显示约定	49
3.5.3	菜单操作	50
3.6	对话框操作	50
3.6.1	文本框	51
3.6.2	选择按钮	51
3.6.3	选择框	51

3.6.4	列表框	51
3.6.5	命令按钮	51
3.7	使用中文输入法	51
3.8	获得帮助	52
3.8.1	使用脱机帮助	52
3.8.2	启动和使用联机帮助	52
第4章	文件及文件管理	58
4.1	资源管理器	58
4.1.1	文件与文件夹	58
4.1.2	磁盘与磁盘驱动器	59
4.1.3	常见移动存储设备	59
4.1.4	启动资源管理器	60
4.1.5	资源管理器的窗口组成	61
4.1.6	菜单命令	62
4.2	文件与文件夹基本操作	63
4.2.1	资源图标及其操作	63
4.2.2	创建文件夹	63
4.2.3	文件与文件夹的选定	64
4.2.4	文件与文件夹的复制和移动	65
4.2.5	文件与文件夹的更名	66
4.2.6	文件与文件夹的删除和恢复	66
4.3	查找文件	69
4.3.1	使用跳转列表查找	69
4.3.2	使用“开始”菜单查找	70
4.3.3	使用资源管理器查找	70
4.4	启动应用程序	70
第5章	定制个性化工作环境	73
5.1	桌面设置	73
5.1.1	桌面布置	73
5.1.2	快捷方式	75
5.2	任务栏	78
5.2.1	任务栏自动隐藏和位置移动	78

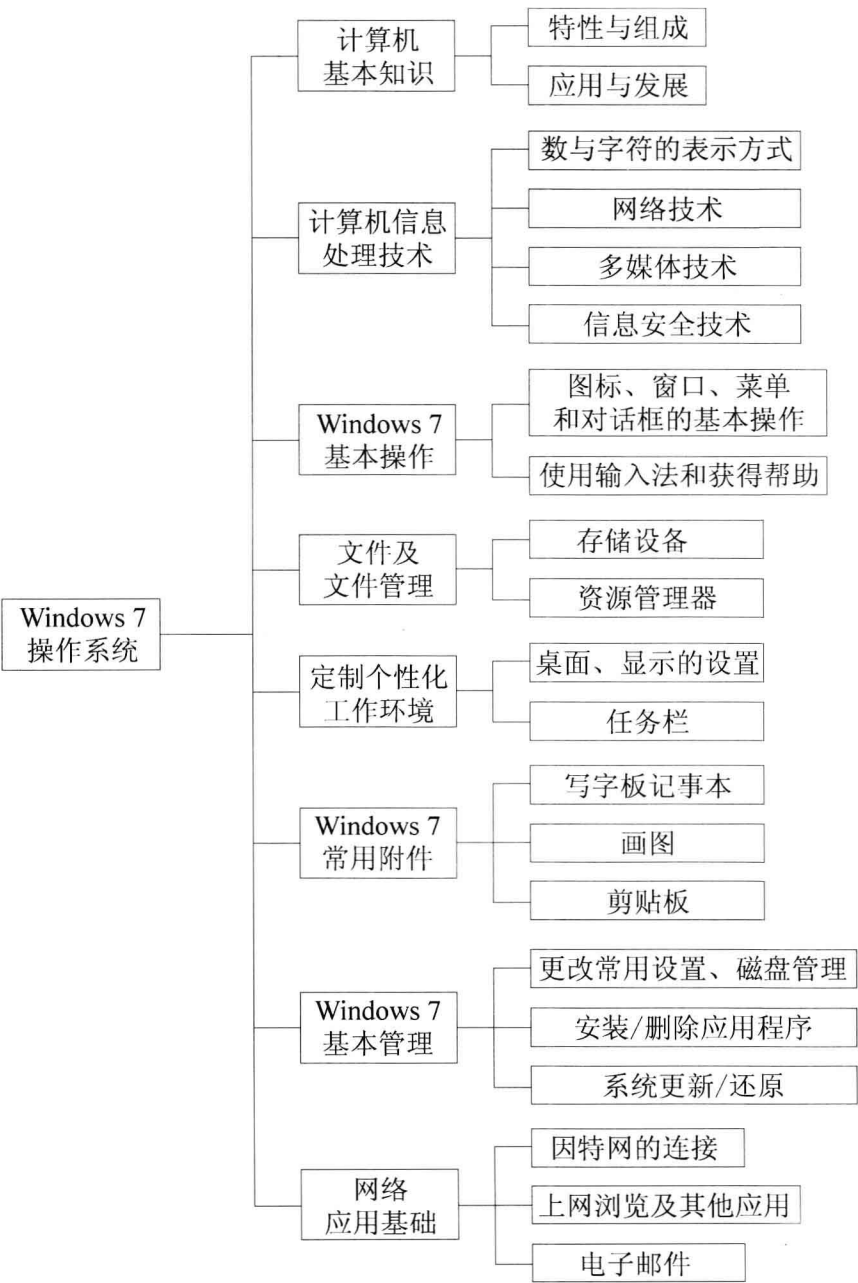
5.2.2	快速启动栏添加/删除图标	80
5.3	显示设置	81
5.3.1	设置屏幕保护程序	81
5.3.2	更改配色方案	82
第 6 章	Windows 7 常用附件	84
6.1	写字板与记事本	84
6.1.1	写字板	84
6.1.2	记事本	86
6.2	画图	87
6.2.1	启动画图程序	88
6.2.2	画图基本操作	88
6.3	剪贴板操作	89
6.3.1	剪切、复制和粘贴	89
6.3.2	复制操作	90
6.3.3	移动操作	90
第 7 章	Windows 7 基本管理	91
7.1	控制面板	91
7.1.1	启动控制面板	91
7.1.2	控制面板功能	92
7.2	更改系统日期和时间	92
7.3	安装/删除应用软件	93
7.3.1	安装新软件	93
7.3.2	删除软件	94
7.4	磁盘管理	95
7.4.1	格式化磁盘	95
7.4.2	磁盘清理	97
7.4.3	碎片整理	100
7.5	系统自动更新	101
7.6	系统还原	103
7.6.1	创建还原点	103
7.6.2	系统还原	105
7.6.3	死机及其对策	107

第 8 章 网络应用基础	109
8.1 因特网的连接	109
8.1.1 网络基本知识	109
8.1.2 常用上网方式	110
8.2 上网浏览	114
8.2.1 IE 的启动与界面	115
8.2.2 输入网址	116
8.2.3 超级链接	118
8.2.4 刷新与出错分析	118
8.2.5 使用收藏夹	119
8.2.6 更改 IE 启动主页	120
8.2.7 禁用弹出式广告窗口	121
8.3 基于 WWW 的常见服务	121
8.3.1 搜索引擎	121
8.3.2 软件下载	122
8.3.3 网上聊天	125
8.3.4 网上论坛	127
8.4 电子邮件	128
8.4.1 申请一个邮箱	128
8.4.2 电子邮件地址	131
8.4.3 启动 Outlook	131
8.4.4 添加账户	131
8.4.5 撰写新邮件	134
8.4.6 发送和接收邮件	135
8.4.7 收发邮件中的附件	135
8.4.8 邮件的答复和转发	136
8.4.9 删除邮件	136
8.4.10 邮件的归档管理	136
8.4.11 使用通讯簿	137
第 9 章 实训	140
9.1 Windows 7 基本操作	140
9.1.1 实训目的	140

9.1.2	实训要求	140
9.1.3	实训内容和步骤	140
9.2	资源管理器的基本操作	141
9.2.1	实训目的	141
9.2.2	实训要求	141
9.2.3	实训内容和步骤	141
9.3	Windows 7 基本管理	142
9.3.1	实训目的	142
9.3.2	实训要求	143
9.3.3	实训内容和步骤	143
9.4	网络应用基础	144
9.4.1	实训目的	144
9.4.2	实训要求	144
9.4.3	实训内容和步骤	145
参考文献		146

Windows 7 操作系统

学习内容



学习目标

1. **了解：**计算机的特性与组成、计算机的发展简史和计算机的应用领域、计算机中数和字符的表示方式、计算机的网络技术、多媒体技术和信息安全技术。

2. **掌握：**Windows 7 操作系统中图标、窗口、菜单和对话框的基本操作方法，中文输入方法，获得帮助的方法；资源管理器的基本使用方法，文件和文件夹的基本操作方法，文件搜索、文件夹共享和应用程序的启动方法；定制个性化工作环境的基本方法；Windows 7 操作系统常用附件的使用方法；Windows 7 操作系统的基本管理操作方法；互联网的上网方法、上网浏览方法、网络信息搜索方法、软件下载方法、电子邮件的收发方法和 Outlook 2010 软件的基本使用方法。

学习时间安排

录像（或 CD-ROM）	实验	定期辅导	自习（包括作业）
6 学时	17 学时	5 学时	28 学时

第1章 计算机基本知识

1.1 计算机的特性与组成

1.1.1 计算机的主要特征

什么是计算机？这是一个比较难以回答的问题。这主要是因为计算机这个名词代表了性能极为多样化的一大类事物，必须弄清楚它们的共性，才能给出一个准确的定义。简单说来，计算机是一种不需要人的直接干预，能自动完成各种算术和逻辑运算的工具。这个定义把远至算盘、手摇计算机和电动计算机，近至市面上出售的普通袖珍计算器等都排除在外了，就是由于这些计算工具一般都不是自动化的，而且不以逻辑运算作为它们的主要功能。但是，即使是这个附加了若干限制条件的定义，仍然过于广泛，它甚至把慢速的机电式分析计算机也包括进来。为了把这种早期用于统计工作的计算机和现代的电子计算机区分开来，有必要强调计算机的快速性，并将其作为上述定义重要的补充特性之一。此外，上述定义没有对参加运算的数据形式给出明确规定，以至于它还可能包括用连续物理量表示数据并基于数学模拟原理而实现计算过程的模拟计算机（analog computer）。因此，这里规定：本书只讨论数字计算机（digital computer），它是以数字化编码形式的信息作为加工对象的。只要不加特殊说明，通常所称的计算机都可理解为数字计算机。这样，我们便可以归纳出一个范围比较确定而全面的计算机的定义了：计算机是一种不需要人的直接干预而能够对各种数字化信息进行算术和逻辑运算的快速工具。

计算机之所以能够以高速处理信息，除了需要采用高速的半导体器件外，还必须从计算机内部结构上采取许多“挖掘潜力”的措施，其中，解决信息处理过程自动化问题便是最起码的条件之一。目前，计算机解决这个问题都是采用存储程序的方法，即把计算过程表示为由许多条指令组成的程序，并将它们和数据一起预先存入计算机的存储端。算题时，只要按一下启动按钮或者从键盘上发出运行命令，程序就会控制计算机按照规定的顺序一条一条执行指令，自动完成预定的信息处理任务。上述高速半导体器件除了能构成快速算术逻辑运算部件之外，还可以构成快速存储器，能在运行中高速完成指令和数据的自动存储。这样，将高速开关器件与存储程序结构原理相结合，便产生了计算机的重要特性之一——快速性。假设没有存储程序，那么计算机至多只能像普通计算器一样，用手按键盘输入数据，随送随算，再快的内部计算速度也不能充分发挥作用。

计算机的另外一个特性就是它的通用性。它把任何复杂繁重的信息处理任务分解成为大量的基本算术和逻辑操作，反映在计算机的指令操作中，按照执行的先后次序，把它们组织成各种程序。这些程序不但包括由用户自己编写的、从外部随时输入的用户程序，更