

# 老年人轻松

# 学电脑




李锐 编著

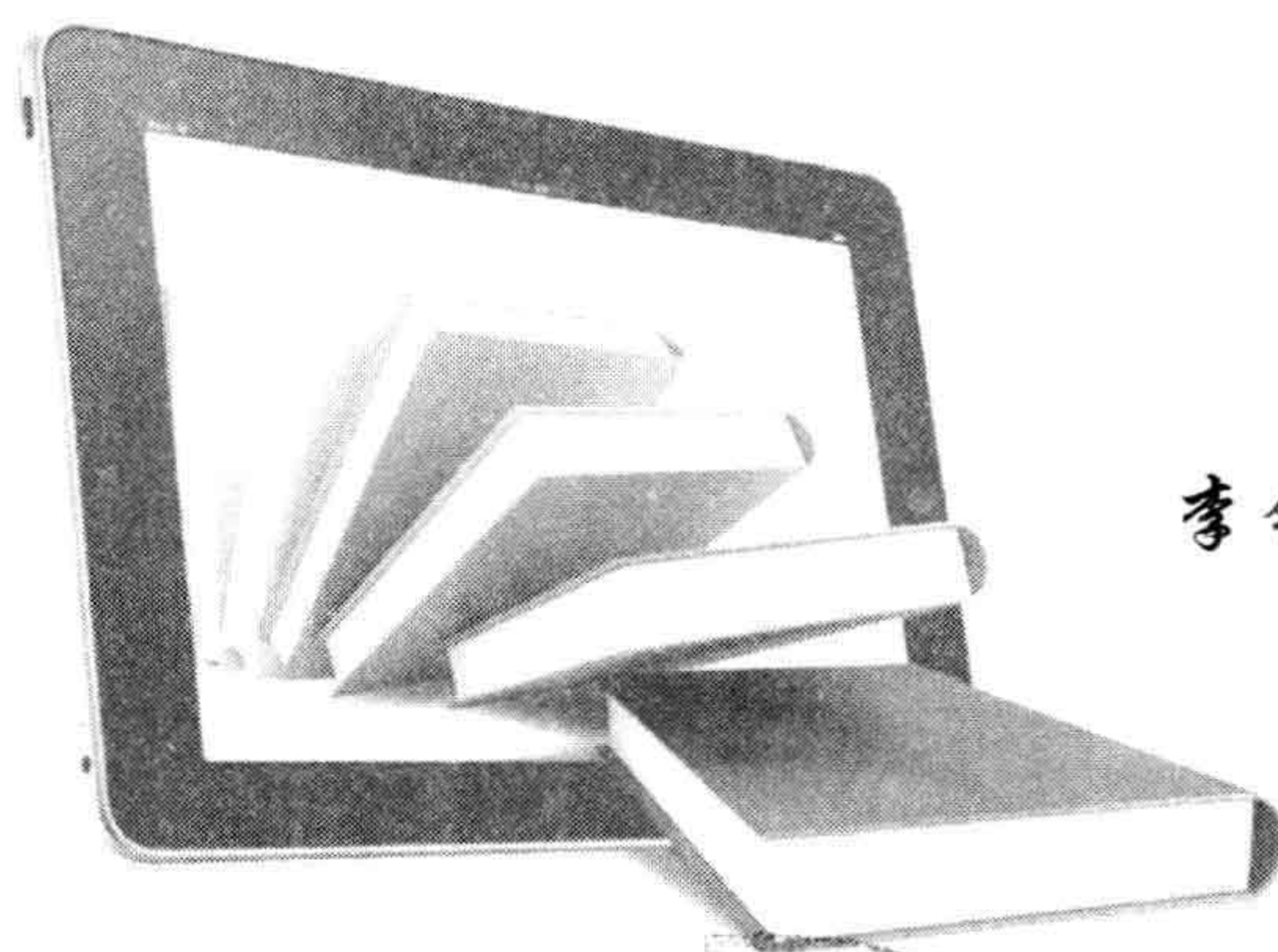
本书从老年人学电脑的实际需求出发，结合老年人这一特殊群体的学习特点，以浅显易懂的语言介绍使用电脑的基本方法。




本书内容翔实、结构清晰、图文并茂、深入浅出，紧密结合老年人的生活和兴趣，提供、讲解与电脑知识相关的操作技巧、注意事项和经验之谈，以便引导老年朋友更好地掌握所学知识，最终达到学以致用的目的。

 经济科学出版社

# 老年人轻松学电脑



李锐 编著

 经济科学出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

老年人轻松学电脑 / 李锐编著. —北京:  
经济科学出版社, 2013. 3

ISBN 978 - 7 - 5141 - 2950 - 2

I. ①老… II. ①李… 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 (2013) 第 013098 号

责任编辑: 张 力

责任印制: 王世伟

## 老年人轻松学电脑

李锐 编著

经济科学出版社出版、发行 新华书店经销

社址: 北京市海淀区阜成路甲 28 号 邮编: 100142

总编部电话: 88191217 发行部电话: 88191537

网址: [www. esp. com. cn](http://www.esp.com.cn)

电子邮件: [esp@ esp. com. cn](mailto:esp@esp.com.cn)

北京盛兰兄弟印刷装订有限公司印装

710 × 1000 16 开 10 印张 110000 字

2013 年 4 月第 1 版 2013 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5141 - 2950 - 2 定价: 25.00 元

(图书出现印装问题, 本社负责调换。电话: 88191657)

(版权所有 翻印必究)



# 前 言

电脑已经成为人们日常工作、生活和学习必不可少的工具之一，广泛地应用于现代社会的各个领域，而且正在改变着各行各业的生产方式以及人们的生活方式。特别是在进入数字信息化时代的今天，快速、高效地掌握和运用电脑技术，已经成为时代的潮流和发展的趋势。

当今社会老年人使用电脑的机会越来越多，电脑也成了老年朋友生活中不可缺少的一部分，它能给人们的生活增加不少乐趣。但要使用电脑就必须先学会电脑的基本操作，这就好比我们可以使用笔给远方的儿女写信、绘图，但前提必须是先学会怎样握笔，才能用它来写字、绘图。因此，对于老年朋友来说，认识电脑并学会它的基本操作是学习电脑的第一步，也是最关键的一步。

为了让老年朋友消除对电脑的畏惧感和陌生感，能够在较短的时间内轻松掌握电脑的基本操作和常识，我们特地编写了本书，旨在帮助老年人轻轻松松学会电脑操作。本书可以让老年朋友认识电脑、了解电脑、使用电脑，实现用电脑写作、制作电子相册等，并掌握电脑操作在生活中的基本技能。

本书在编写过程中参考了大量的文献资料，由于时间仓促，其中不乏不足之处，恳请读者批评指正。

编 者



# 目 录

## 第 1 章 与电脑的第一次亲密接触

- 1.1 电脑是什么 / 2
- 1.2 电脑可以做什么 / 3
- 1.3 电脑的组成 / 5
- 1.4 电脑的软件 / 7

## 第 2 章 控制电脑要用鼠标和键盘

- 2.1 打开和关闭电脑 / 10
- 2.2 用鼠标控制电脑 / 12
- 2.3 用键盘控制电脑 / 17

## 第 3 章 Windows 其实很简单

- 3.1 认识 Windows XP 的桌面 / 24
- 3.2 启动程序 / 27
- 3.3 窗口操作 / 29
- 3.4 认识对话框 / 34





- 3.5 寻求 Windows XP 帮助 / 36

## 第4章 学会打字

- 4.1 如何正确使用键盘 / 42
- 4.2 输入法的选择 / 44
- 4.3 使用微软拼音输入法输入汉字 / 46
- 4.4 使用智能拼音输入法输入汉字 / 47

## 第5章 管理电脑中的数据

- 5.1 文件管理基础知识 / 50
- 5.2 认识管理电脑信息的工具 / 54
- 5.3 查看电脑中的信息 / 55
- 5.4 管理文件和文件夹 / 57
- 5.5 使用回收站 / 65

## 第6章 听歌、看片、玩游戏

- 6.1 音乐的世界 / 70
- 6.2 电影的海洋 / 77
- 6.3 你的声音也可以录制 / 83
- 6.4 游戏的天堂 / 88

## 第7章 用 Word 学习写作

- 7.1 启动 Word 2003 / 94



- 7.2 认识 Word 2003 / 96
- 7.3 创建一篇文档 / 96
- 7.4 输入文本内容 / 100
- 7.5 编辑文本 / 105
- 7.6 保存文档 / 117
- 7.7 退出 Word 2003 / 119

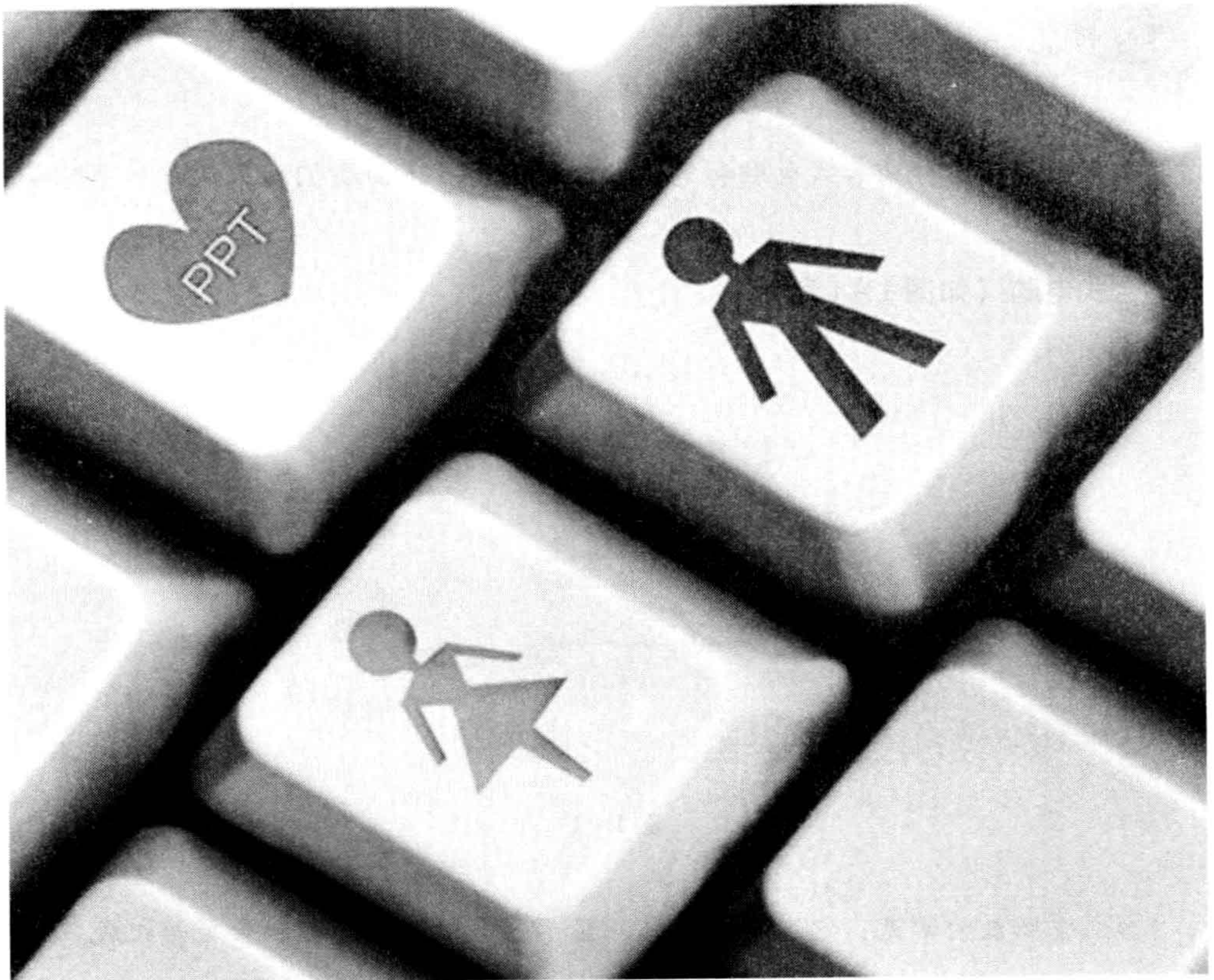
## 第 8 章 进入精彩的网络世界

- 8.1 连接上网 / 122
- 8.2 认识浏览器 / 127
- 8.3 用浏览器晓天下事 / 132
- 8.4 查找所需信息 / 137
- 8.5 收藏网页 / 143

参考书目 / 151

# 第1章

## 与电脑的第一次亲密接触

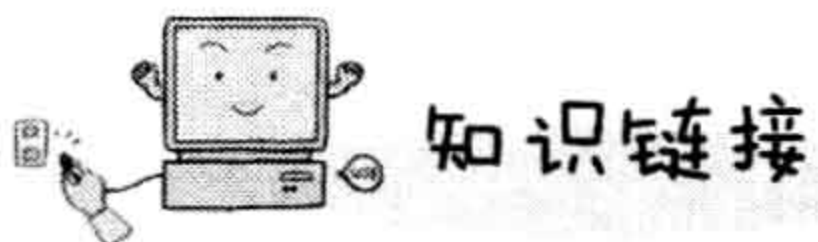






## 1.1 电脑是什么

电脑是家用电子计算机的俗称，又称为微机。电脑如同人的大脑一样，能思考、能记忆、能判断，并能对命令作出相应的反应。它具有体积小、用途广、耗电少及存储量大等优点。下面我们就来简单了解电脑的一些知识。



常用的电脑可分为台式电脑和笔记本电脑两类。下面我们就来认识一下它们的样式。

台式电脑（如图 1-1 所示）

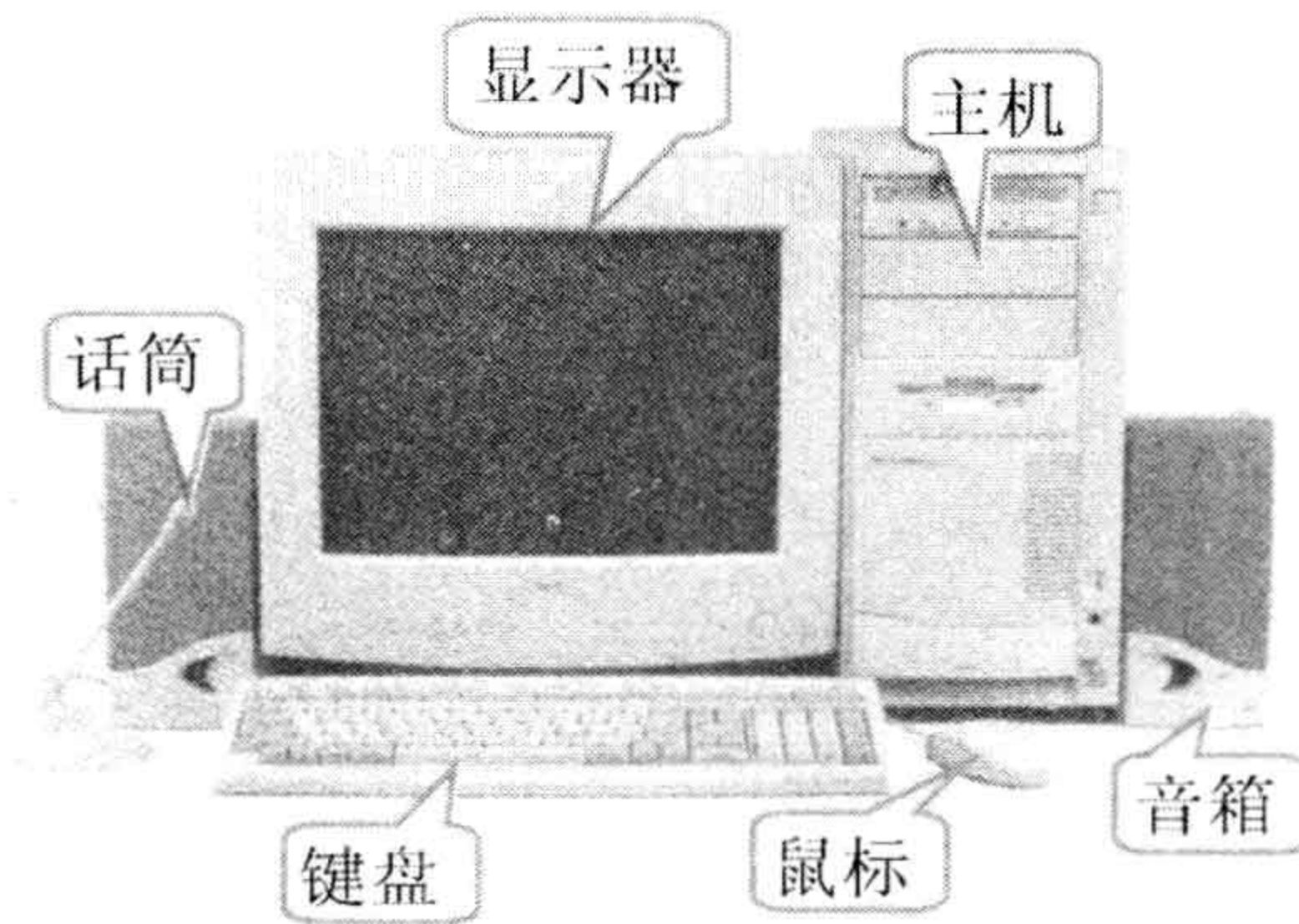


图 1-1

台式电脑最为常见，它通常由主机、显示器、键盘、鼠标和音箱等组成。



## 笔记本电脑

笔记本电脑又称为手提电脑，它是一种便携式电脑，具有与台式电脑相似的功能和特征，它的所有部件都放置在手提式机箱内。如图 1-2 所示。

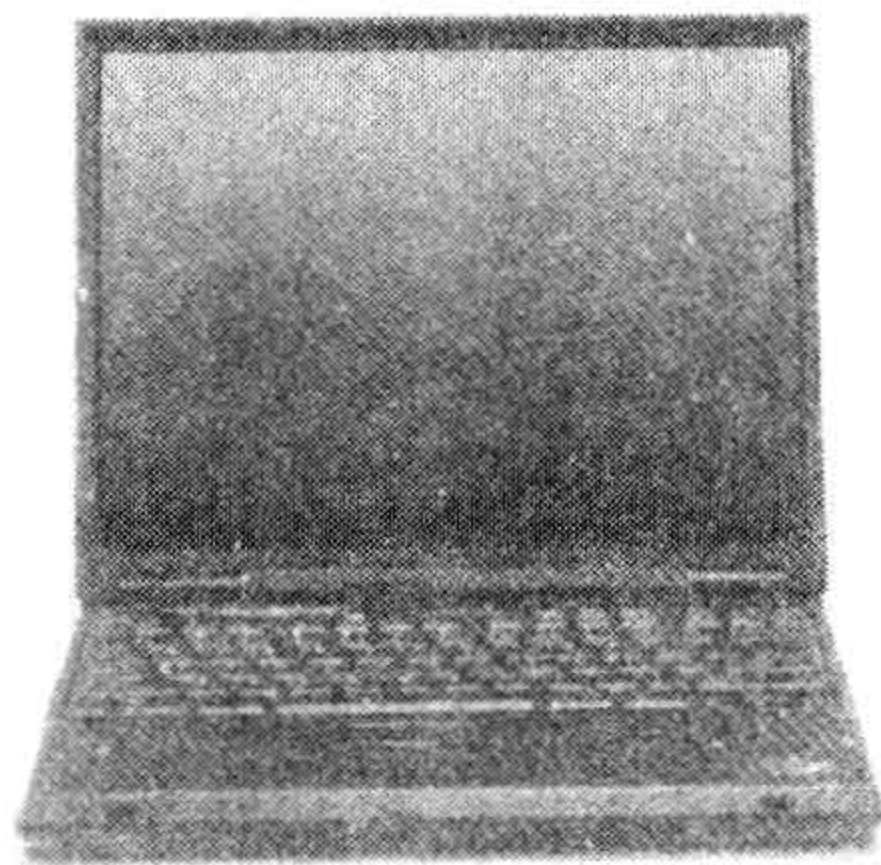


图 1-2

电脑并不一定只由上图的几部分组成，根据您的需要，还可以添加手写本、摄像头，打印机，扫描仪等设备。

笔记本电脑在使用时可以自动储电，在户外也能很方便地使用。

## 1.2 电脑可以做什么

电脑的用途很多，它能给您的晚年生活增添无限乐趣。下面将详细地介绍用电脑到底能做什么。

### 1. 上网

通过上网您可以非常方便地阅读各种信息，如健康饮食；可以在论坛里和世界各地的网友交流养宠经验和养花心得；可以与远在外地的儿女聊天拉近您与儿女的距离并结交网上志同道合的新朋友；还可以在网上收发电子邮件，省去您跑邮局的麻烦并且还为您节约了邮寄的时间。如图 1-3 所示。



图 1-3



## 2. 播放 VCD 和音乐

在生活闲暇时可以用电脑看看电影、听听自己喜爱的音乐来修身养性；也可以用电脑播放健身的光盘，跟随音乐锻炼锻炼是件好事，所以电脑可以给您的生活增添乐趣。如图 1-4 所示。



图 1-4

## 3. 玩游戏

使用电脑玩游戏，可以给您带来无限快乐，还可放松身心。如图 1-5 所示是 Windows 自带的纸牌游戏界面。

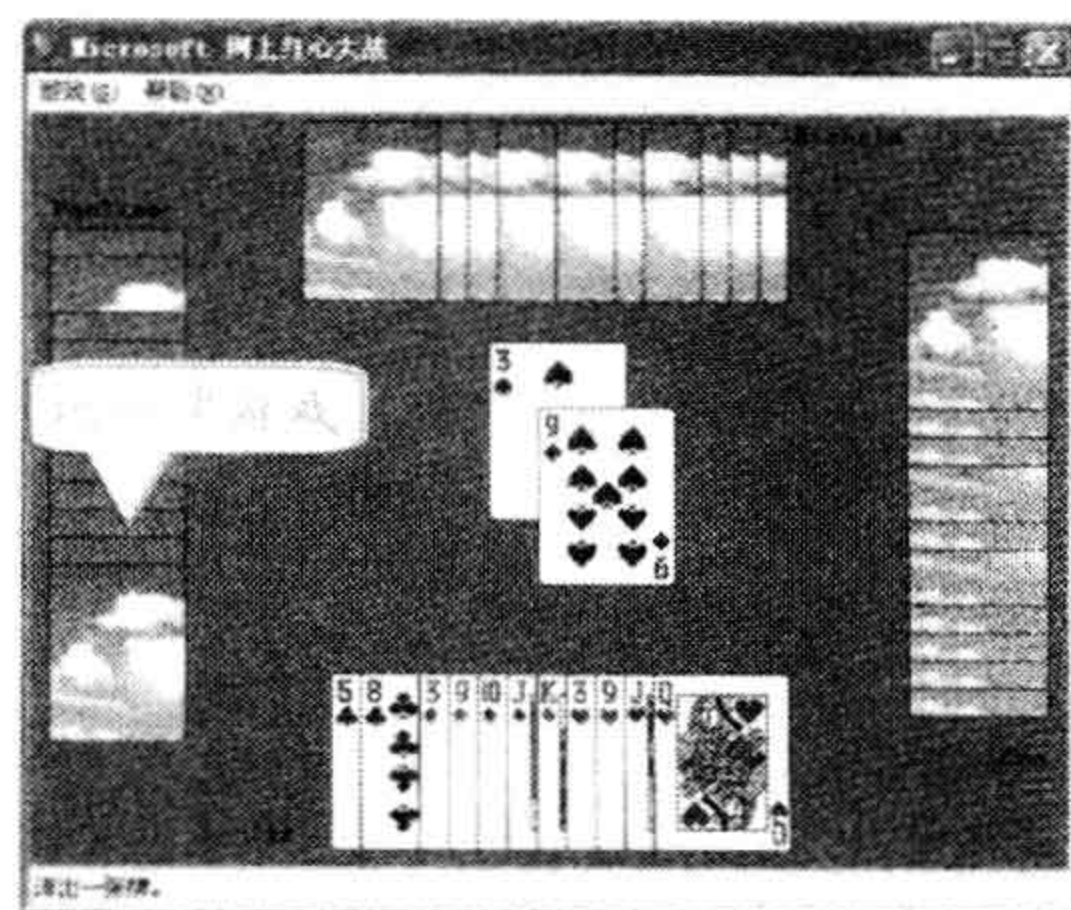


图 1-5

## 4. 查看照片

相邀出游已经成为老年朋友现代生活中的重要方式，回到家中后，您可以把照片传送到电脑中，然后使用 Windows 自带的 Windows 图片和传真查看器查看，在方便您浏览照片的同时，也可以从中挑选喜欢的照片进行打印。如图 1-6 所示。



图 1-6

## 5. 制作电子相册

长期以来，我们都是作为观众观看人家编好的视频，学习了 Windows Movie Maker 后您就可以利用电脑自己编辑视频，也可把照片制作成电子相册，既美观又时尚，同时还可享受创作的喜悦。如图 1-7 所示。



图 1-7





## 6. 学习写作

您是否一直懊恼在纸上写作既费时间又不利于修改呢？现在您可以利用电脑进行写作，用电脑输入文字与传统的手写相比具有更多的优点，它可以随时查看、修改和使用，同时还可使页面保持洁净美观。如图 1-8 所示。

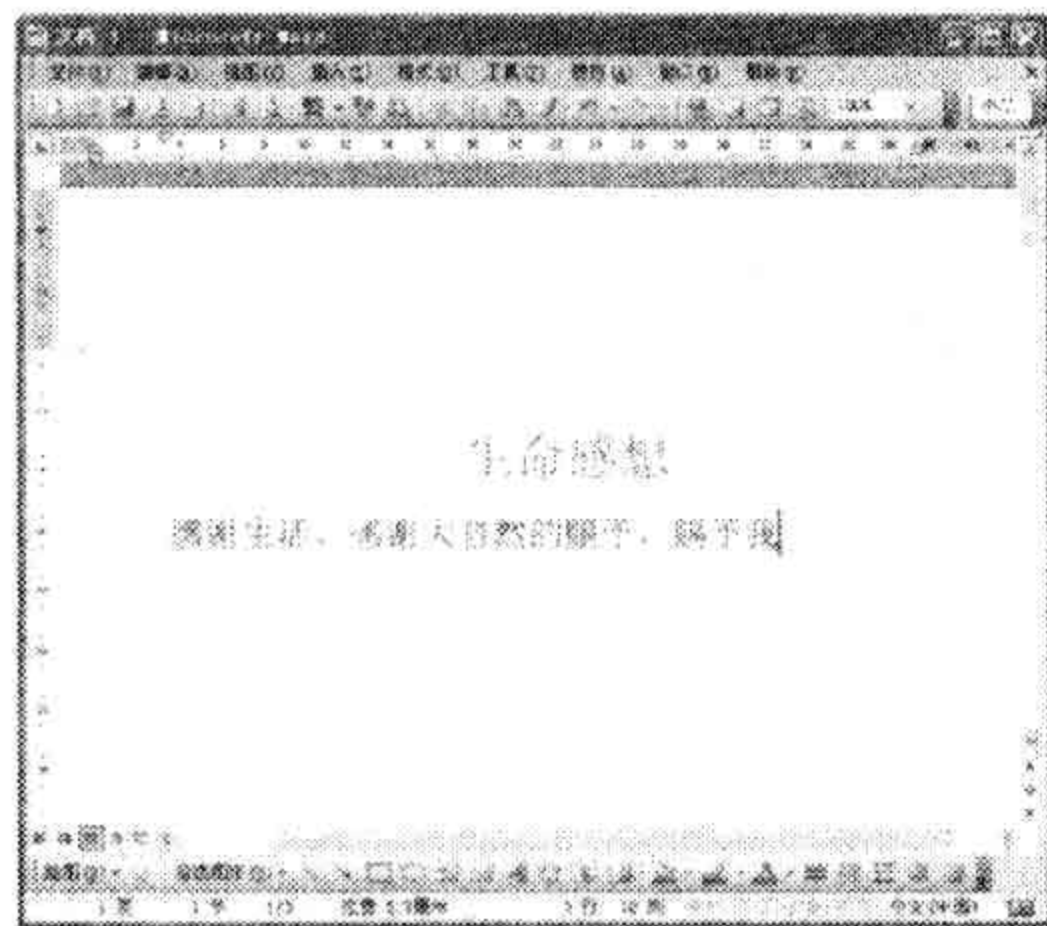


图 1-8

## 7. 轻松理财

理财是件很麻烦的事情，但是有了电脑理财就轻松多了。通过电脑自带的计算器，可以帮您计算生活中的账目。如果要更进一层地管理好所有账目，建议您使用 Excel 来输入和自动计算数据，如图 1-9 所示。

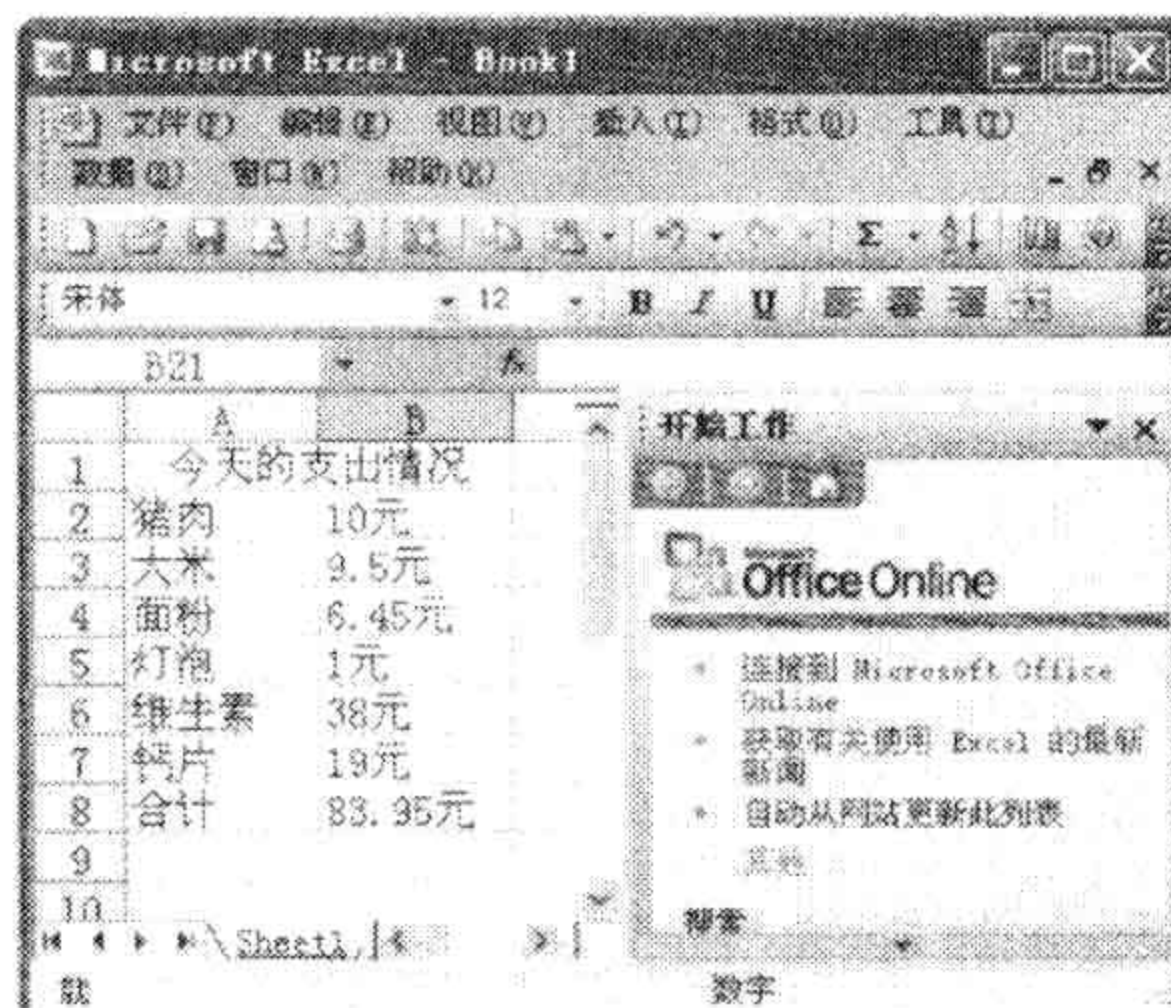
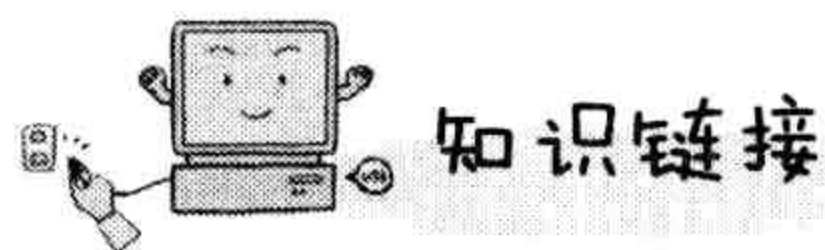


图 1-9



Windows 自带的游戏中有的需要在连接 Internet 后才能玩。

## 1.3 电脑的组成

我们一般使用的台式电脑主要由显示器、键盘、鼠标和主机等硬件设备组成。下面就先来认识和了解一下这些硬件设备。





### 1. 显示器

显示器是电脑必不可少的输出设备。通过显示器可以方便地查看输入的内容，包括系统界面、数据、图形、程序运行的状态和结果。目前市场上常见的显示器有两种：纯平显示器和液晶显示器。如图 1-10 所示。

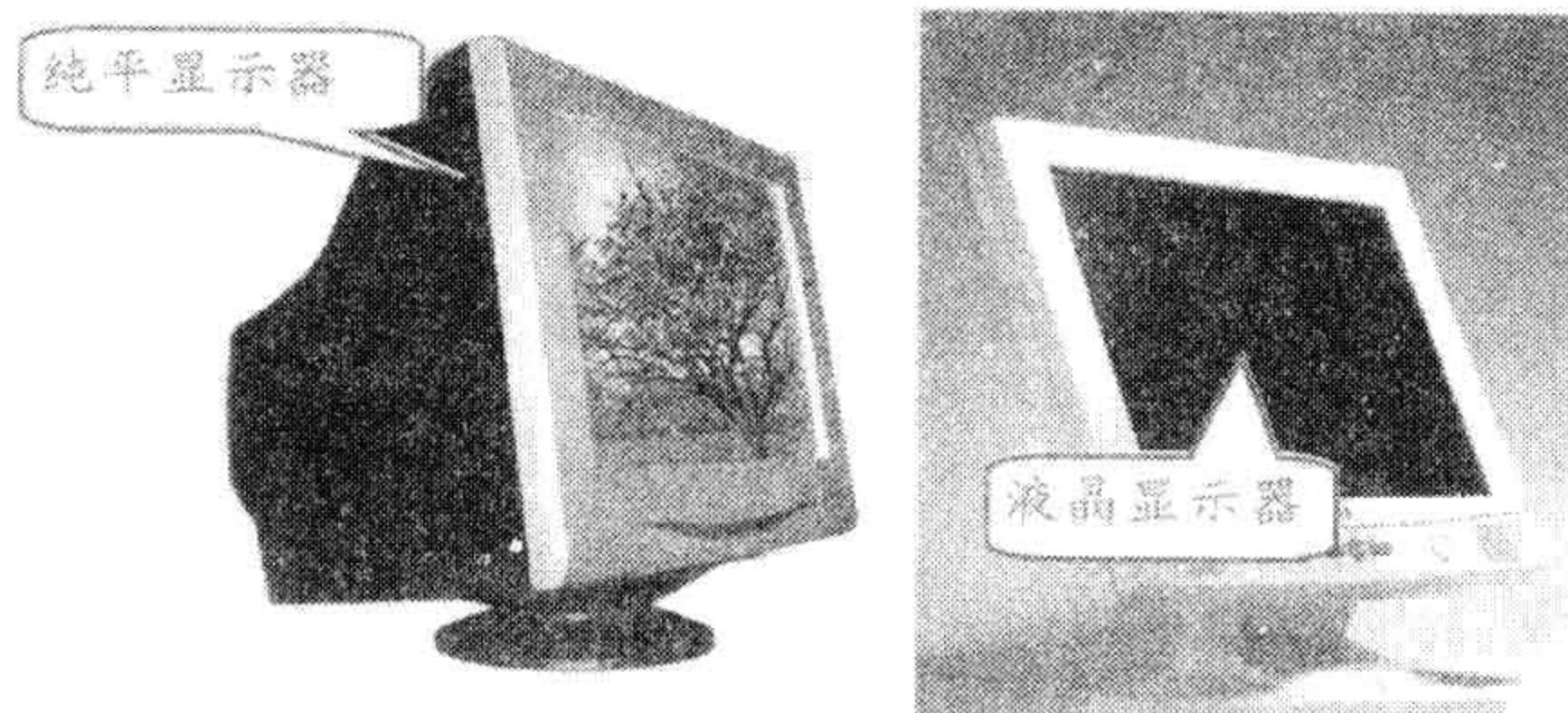


图 1-10

### 2. 主机

主机是电脑的重要组成部分，它包括机箱和机箱内的各种硬件。机箱主要用于容纳和固定机箱内的各种硬件设备（如主板、硬盘、内存条、CPU、显卡、声卡等）。主机箱的正面有电源开关、复位按钮、软盘驱动器和光盘驱动器等。主机箱的背面有许多插孔和接口，用于接通电源和连接电脑其他外部设备，如打印机、键盘和鼠标等。如图 1-11 所示。

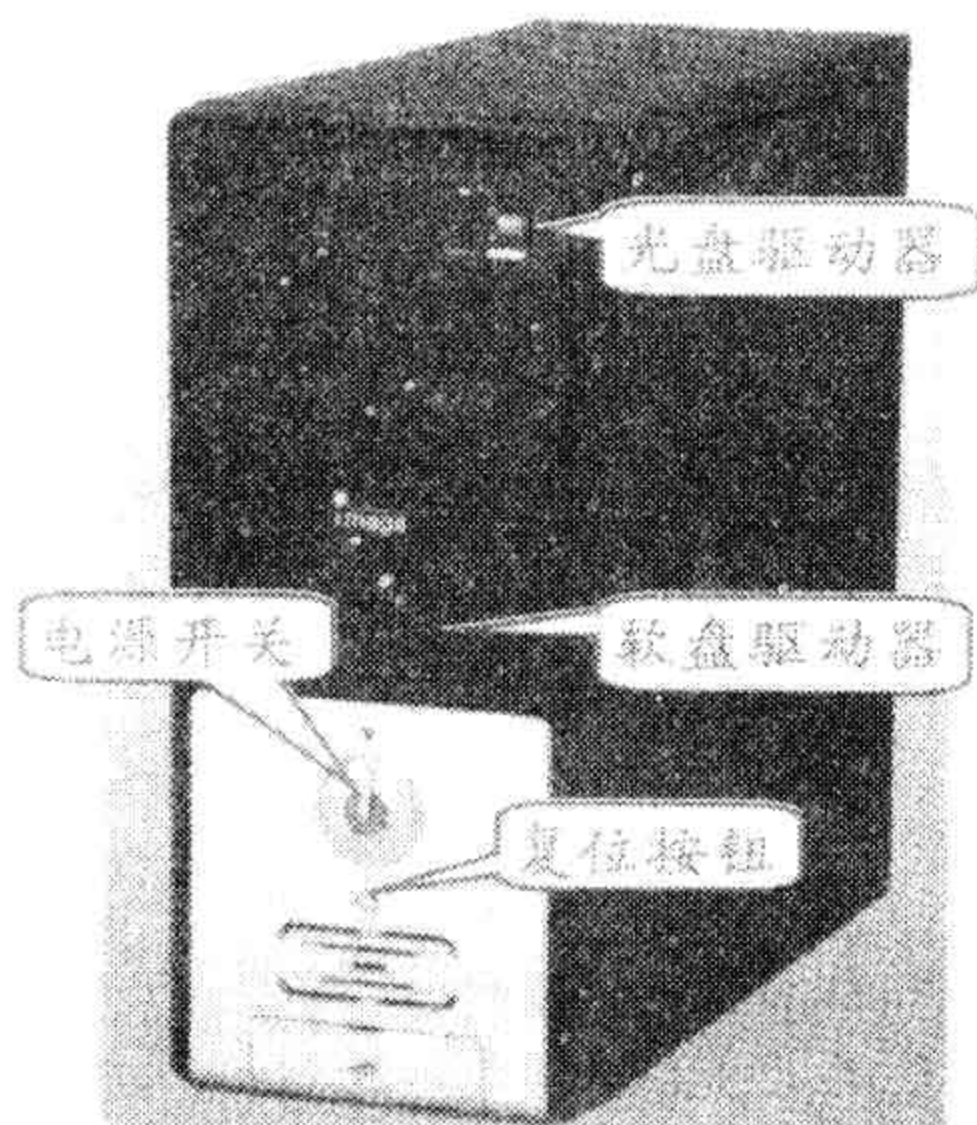


图 1-11

### 3. 鼠标

在使用电脑的过程中，鼠标起着很重要的指挥作用，它使用灵活、操作方便。现在人们常用的是三键鼠标，它由左、中、右三键组成。三键鼠标中的滚轮可以上下滚动，翻阅窗口中的内容。如图 1-12 所示。

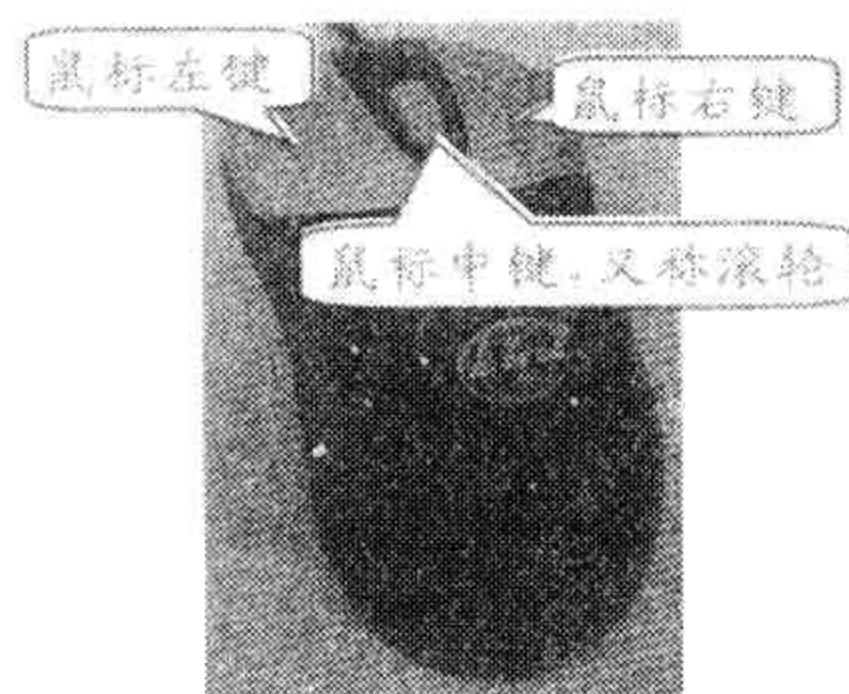


图 1-12

### 4. 键盘

键盘是电脑中最重要的输入设备之一。通过按键盘上的各个键就可以输入中、英文字符以及向系统发出命令。但应注意不同的生产厂商生产的键盘键位排列情况会有所差异。如图 1-13 所示。



## 5. 音箱

音箱与生活中的音响设备一样，用于将电脑里播放的声音传达出来，给人以听觉上的享受。如图 1-14 所示。

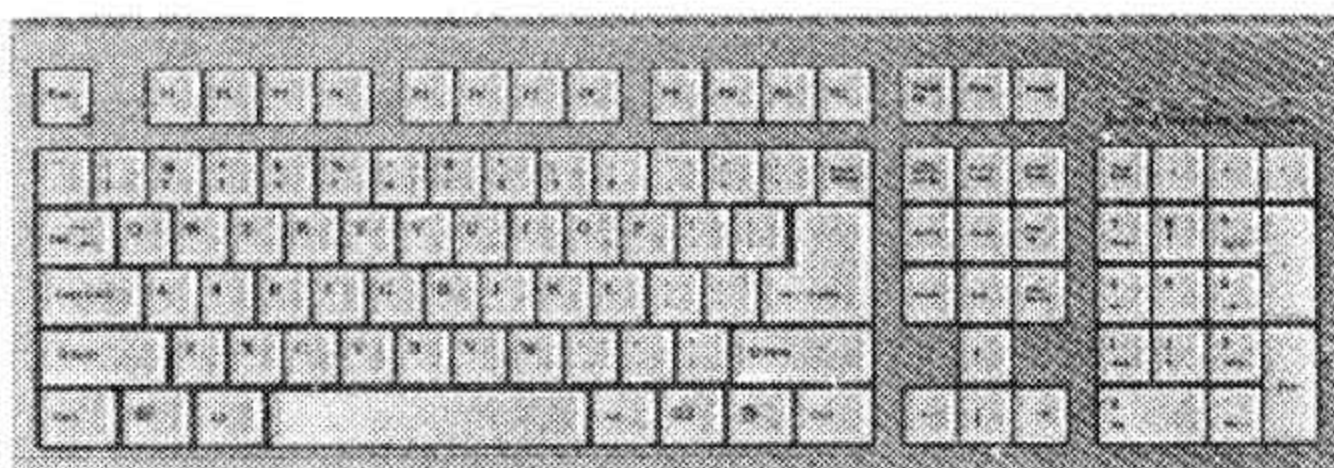
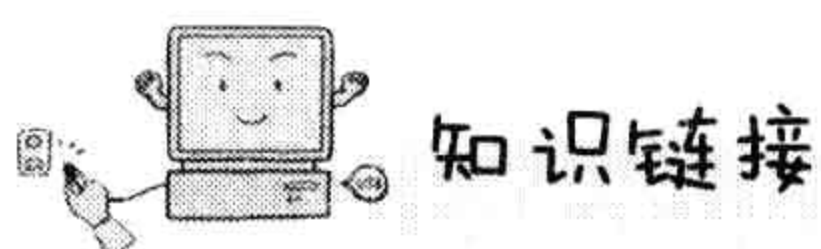


图 1-13



### 知识链接

显示器的大小是指显示器的屏幕尺寸，即屏幕对角线的度量值，单位为英寸。常见显示器屏幕尺寸有 15 英寸、17 英寸、19 英寸和 21 英寸等，尺寸越大，显示效果越好，现在大多数普通用户所用的显示器为 17 英寸彩色纯平显示器。

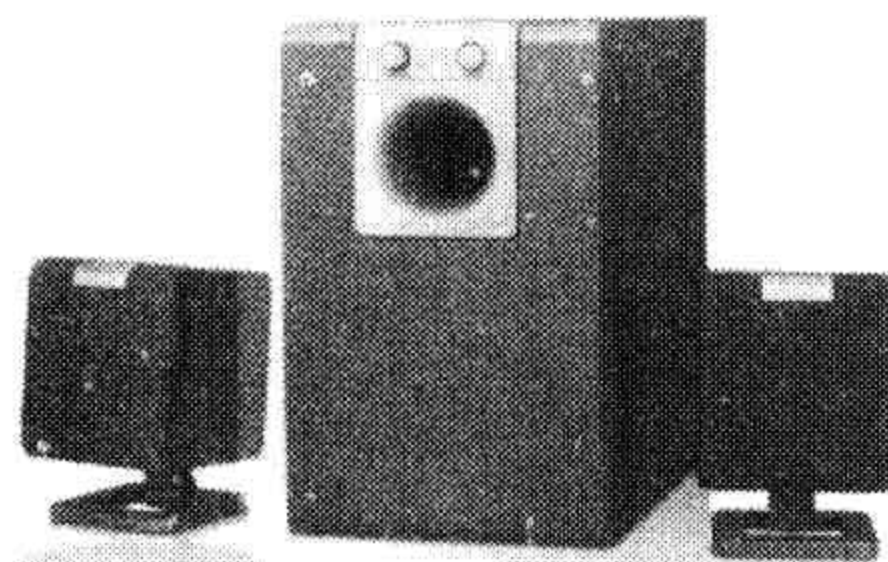


图 1-14

## 1.4 电脑的软件

对电脑的外观即硬件设备有了一定的了解后，接下来应认识维持电脑运行的软件系统。软件系统通常包括系统软件和应用软件两类。

### 1. 系统软件

系统软件的作用在于控制和协调电脑运行和管理电脑资源。目前，系统软件主要包括以下 3 类。

- 操作系统：系统软件的核心，用于管理软件和硬件资源。
- 语言处理程序：用于将编写的源程序转换为电脑可以识别的程序。
- 数据库管理系统：用于建立、管理、维护和使用数据。



## 2. 应用软件

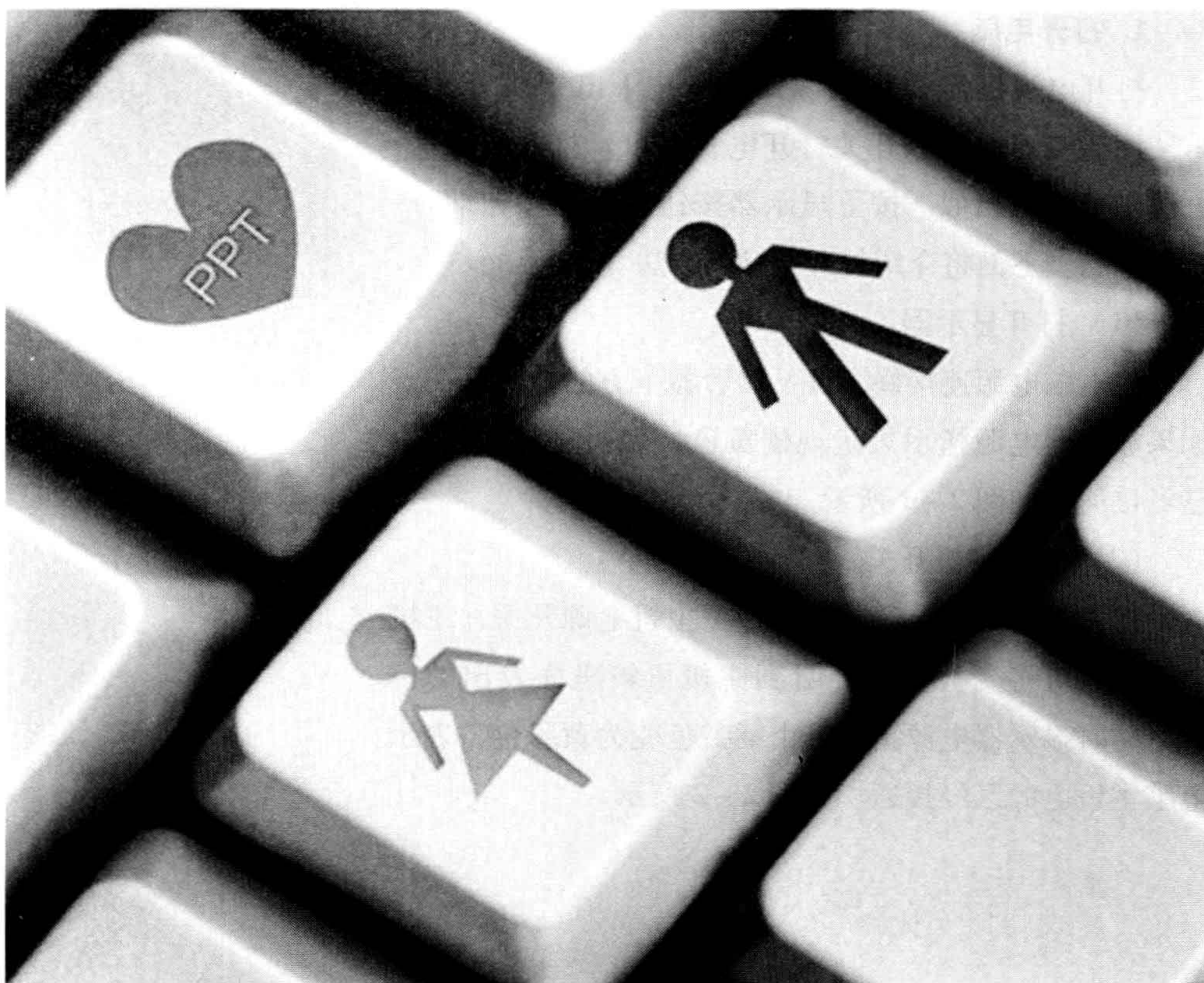
在电脑的使用过程中，经常需要使用电脑处理具体的问题，为了方便解决这类问题，因此开发了各类应用软件。应用软件按照其用途的不同，可以分为通用软件和专用软件。

- 通用软件：广泛应用于各个领域的应用软件，如 Office 办公软件套装、Photoshop 和 CoreIDRAW 等图像处理软件以及腾讯 QQ 等聊天软件等。

- 专用软件：为解决实际工作需要而开发的软件，如档案管理软件、会计核算软件和工资管理软件等。

## 第2章

### 控制电脑要用鼠标和键盘







## 2.1 打开和关闭电脑

电脑犹如电视机，在观看电视节目时应先打开电视机，观看结束后应将电视机关闭，这样既节省用电也保护电视机。电脑也如此，使用电脑前应先打开电脑，使用结束也应关闭电脑。本节将介绍打开和关闭电脑的方法。

### 1. 打开电脑

打开电视机需要将电源插好，按下电视机开关，再使用遥控器的电源开关打开电视即可。打开电脑的方法与电视机相似，按下显示器按钮和电源按钮即可打开电脑。下面将介绍打开电脑的方法。

#### (1) 打开显示器。

将电脑电源连接好，按下显示器下方的电源开关，如果显示器电源指示灯呈现橘黄色，表明显示器电源已经接通。如图 2-1 所示。

#### (2) 打开主机开关。

打开显示器电源开关后，按下主机电源开关，主机电源指示灯将变亮，将会听到主机机箱里面发出的声音，同时显示器电源指示灯由橘黄色变为黄绿色，表示电脑主机电源已经接通。如图 2-2 所示。

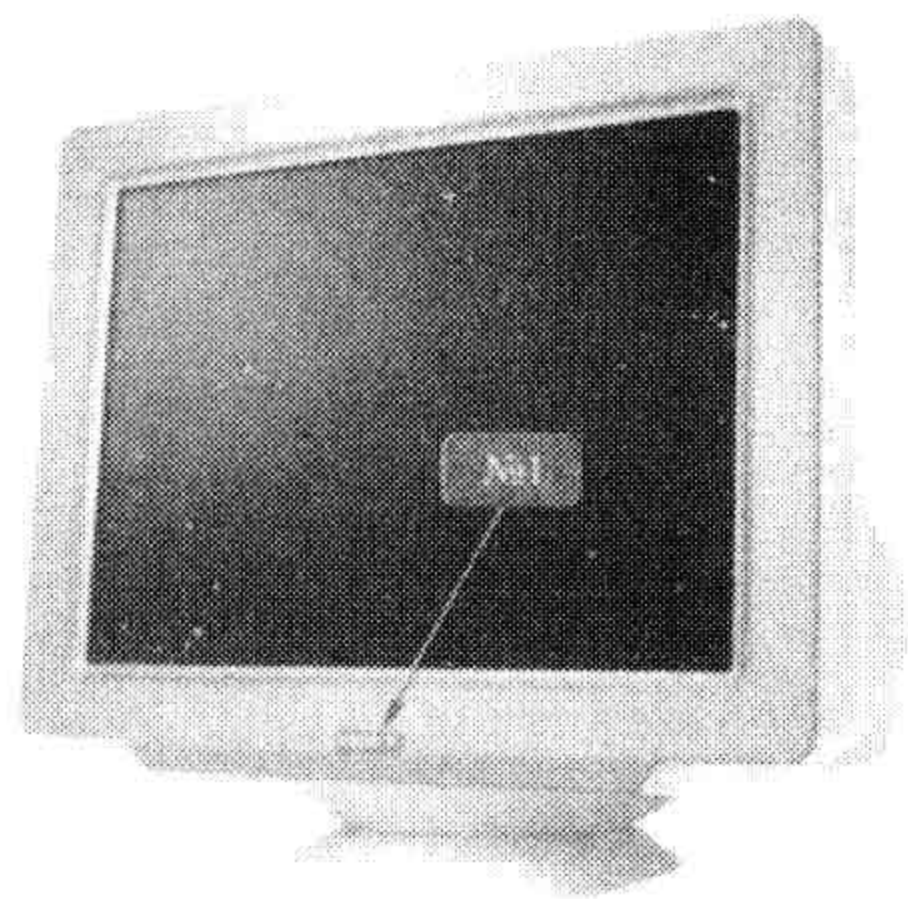


图 2-1

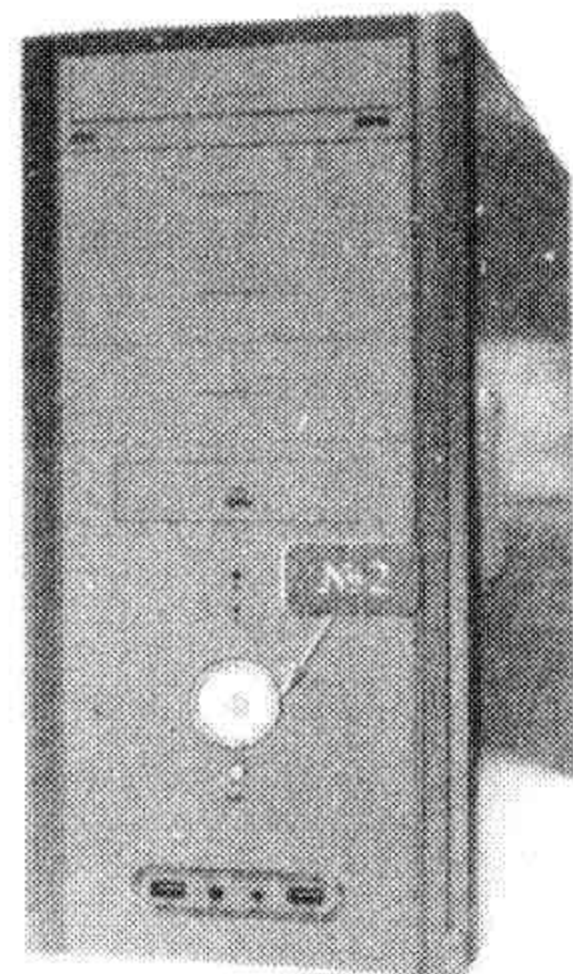


图 2-2