



# 跟我学

## 电脑应用技巧

华杰科技 编著

曾被众多读者认可的经典品牌

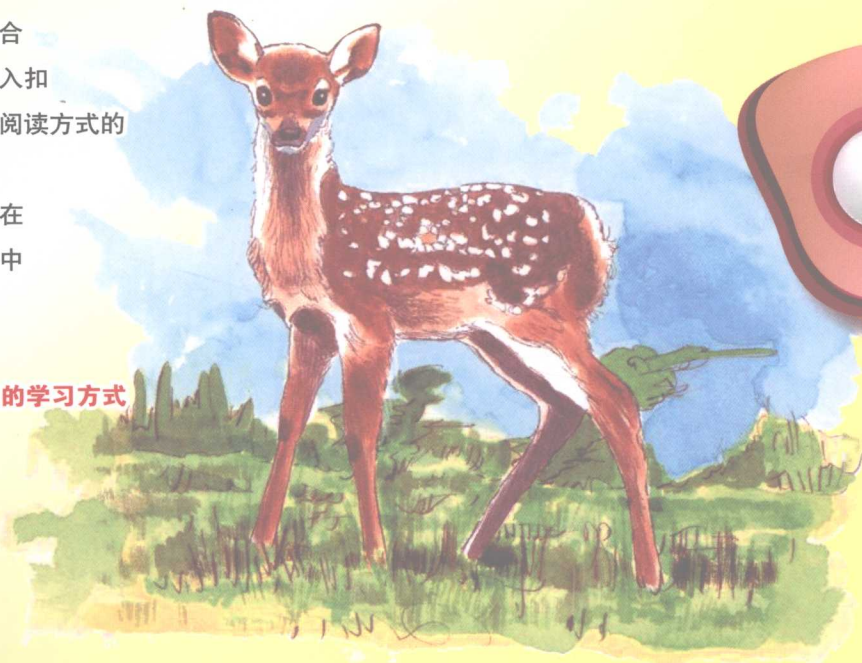
—— 跟我学

新版隆重上市

文与图的紧密结合  
内容编排的丝丝入扣  
以及作者对读者阅读方式的  
深刻理解  
将更完美地呈现在  
新版“跟我学”中

选择“跟我学”

选择最适合自己的学习方式



人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS



# 跟我学

## 电脑应用技巧

华杰科技 编著



人民邮电出版社  
北京

## 图书在版编目(CIP)数据

跟我学电脑应用技巧 / 华杰科技编著. —北京: 人民邮电出版社, 2009. 4  
ISBN 978-7-115-19491-6

I. 跟… II. 华… III. 电子计算机—基本知识 IV. TP3

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第014224号

## 内 容 提 要

本书是“跟我学”丛书之一, 针对初学者的需求, 从零开始, 系统全面地讲解了电脑操作和使用过程中的常用技巧。

全书共分为26章, 主要内容包括: 系统基础操作技巧、系统个性设置技巧、软件安装与卸载、多媒体设置、系统管理与维护、系统与网络安全、局域网应用、系统故障修复、Internet的接入、IE浏览器、信息搜索、电子邮件、上传与下载技巧、网上交流与娱乐、网上生活与资源利用、网络安全、Word文本编辑、Word表格处理、Word图片处理与图形绘制、Excel基本操作、Excel单元格/行/列/工作表编辑、Excel函数应用、Excel图表编辑、PowerPoint操作与设置、PowerPoint幻灯片编辑以及PowerPoint幻灯片特殊效果等方面的内容。

本书内容翔实、通俗易懂, 实例丰富、步骤详细, 图文并茂、以图析文, 情景教学、生动有趣, 版式精美、适合阅读。

本书适合电脑新手及电脑办公人员选用, 也可作为高职高专相关专业和电脑短训班的培训教材。

## 跟我学电脑应用技巧

- 
- ◆ 编 著 华杰科技  
责任编辑 刘建章
  - ◆ 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>  
三河市潮河印业有限公司印刷
  - ◆ 开本: 787×1092 1/16  
印张: 17  
字数: 406千字  
印数: 1—5 000册
  - 2009年4月第1版  
2009年4月河北第1次印刷

---

ISBN 978-7-115-19491-6/TP

定价: 22.00元

读者服务热线: (010)67132692 印装质量热线: (010)67129223  
反盗版热线: (010)67171154

# 前言

当今时代是一个信息化的时代，电脑作为获取信息的首选工具已被更多的朋友所认同。人们可以通过电脑进行写作、编程、上网、游戏、设计、辅助教学、多媒体制作和电子商务等工作，因此，学习与掌握电脑相关知识和应用技能已迫在眉睫。

全新推出的“跟我学”丛书在保留原版特点的同时又新增了许多特色，以满足广大读者的实际需求。

## 丛书主要内容

“跟我学”丛书涵盖了电脑应用的常见领域，从计算机知识的大众化普及到入门读者的必备技能，从生活娱乐到工作学习，从软件操作到行业应用；无论是一般性了解与掌握，还是进一步深入学习，读者都能在“跟我学”丛书中找到适合自己学习的图书。

“跟我学”丛书第一批书目如下表所示。

|            |          |                                 |
|------------|----------|---------------------------------|
| 跟我学电脑      | （配多媒体光盘） | 跟我学上网                           |
| 跟我学五笔打字    | （配多媒体光盘） | 跟我学 Excel 2003                  |
| 跟我学电脑操作    |          | 跟我学电脑故障排除                       |
| 跟我学电脑组装与维护 |          | 跟我学电脑应用技巧                       |
| 跟我学电脑办公    |          | 跟我学 Photoshop CS 3 中文版 （配多媒体光盘） |
| 跟我学系统安装与重装 |          | 跟我学 AutoCAD 2008 中文版 （配多媒体光盘）   |

## 丛书特点

**层次合理、注重应用：**本套丛书以循序渐进、由浅入深的合理方式向读者进行电脑软硬件知识的讲述。根据丛书以“应用”为重点的编写原则，将全书分为基础内容讲解与实战应用两部分。

**图解编排、以图析文：**在介绍具体操作的过程中，每一个操作步骤后均附上对应的插图，在插图上仍以“1”、“2”、“3”等序号标明了操作顺序，便于读者在学习过程中能直观、清晰地看到操作的效果，易于读者理解和掌握。

**书盘结合、互动学习：**本套丛书根据读者需求，为部分图书制作了多媒体教学光盘，该光盘中的内容与图书内容基本一致，用户可以跟随光盘教学内容互动学习。



## 本书学习方法

我们在编写本书时，非常注重初学者的认知规律和学习心态，从语言、内容和实例等方面进行了整体考虑和精心安排，确保读者理解和掌握书中全部知识，快速提高自己的电脑应用水平。

- **语言易懂** ——在编写上使用了平实、通俗的语言帮助读者快速理解所学知识。
- **内容翔实** ——在内容上由浅入深、由易到难，采用循序渐进的方法帮助读者迅速入门，达到最佳的学习状态。
- **精彩实例** ——为了帮助初学者提高实际应用能力，本书还精心挑选了大量实例，读者只需按照书中所示实例进行操作，即可轻松掌握相应的操作步骤和应用技巧。
- **精确引导** ——在实例讲解过程中，本书使用了精确的流程线和引导图示，引导读者轻松阅读。

本书在编排体例上，注重初学者在学习过程中那种想抓住重点、举一反三的学习心态，每章的正文中还安排了“经验交流”与“一点就透”，让读者可以轻松学习。

- **经验交流** ——对初学者在学习过程中遇到的问题进行专家级指导和经验传授。
- **一点就透** ——对相关内容的知识进行补充、解释或说明。

本书由华杰科技集体创作，参与编写的人员有刘贵洪、李林、金卫臣、叶俊、贾敏、王莹芳、程明、李勇、冯梅、邓建功、金宁臣、潘荣、王怀德、吴立娟、苏颜等。

由于时间仓促和水平有限，书中难免有疏漏和不妥之处，敬请广大读者和专家批评指正，来函请发电子邮件：[liujianzhang@ptpress.com.cn](mailto:liujianzhang@ptpress.com.cn)（责任编辑）或 [xuedao007@163.com](mailto:xuedao007@163.com)（编者）。

编者

2008年12月

# 目 录

## 第 1 章 系统基础操作技巧

|                          |    |
|--------------------------|----|
| 1.1 文件及文件夹操作技巧           | 1  |
| 1.1.1 键盘、鼠标配合进行随心所欲的文件选取 | 1  |
| 1.1.2 查看隐藏文件和系统文件        | 2  |
| 1.1.3 文件和文件夹快速改名         | 2  |
| 1.1.4 改变文件的默认打开方式        | 2  |
| 1.1.5 批量修改文件名            | 3  |
| 1.1.6 改变“我的文档”的目标文件夹     | 3  |
| 1.1.7 将常用文件“收藏”起来        | 4  |
| 1.1.8 文件和文件夹的压缩存放        | 5  |
| 1.1.9 将常用文件放进快速启动栏       | 6  |
| 1.1.10 使新启动程序处于非活动状态     | 7  |
| 1.1.11 撤消操作组合键“Ctrl + Z” | 7  |
| 1.1.12 巧用“Shift”键彻底删除文件  | 7  |
| 1.1.13 巧用写字板在桌面快速留言      | 7  |
| 1.1.14 WIN 键组合妙用         | 8  |
| 1.1.15 对话框快捷键            | 8  |
| 1.2 注册表基本操作技巧            | 8  |
| 1.2.1 打开注册表              | 9  |
| 1.2.2 剖析注册表数据形式          | 10 |
| 1.2.3 注册表结构详解            | 10 |
| 1.2.4 注册表基本操作技巧          | 11 |
| 1.2.5 注册表查找技巧            | 12 |
| 1.3 开/关机和登录技巧            | 13 |
| 1.3.1 自动登录 Windows XP    | 13 |
| 1.3.2 设置自动锁住后免登录         | 13 |
| 1.3.3 设置登录口令过期提前警告       | 14 |

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 1.3.4 开机音乐自己设               | 14 |
| 1.3.5 登录时不显示欢迎屏幕            | 15 |
| 1.3.6 系统启动时不运行 Autoexec.bat | 15 |
| 1.3.7 系统启动时自动执行程序           | 16 |
| 1.3.8 启动和登录时不等待网络初始化        | 16 |
| 1.3.9 USB 设备启动电脑            | 17 |
| 1.3.10 关机时自动删除页面文件          | 17 |
| 1.3.11 关机时自动结束任务            | 18 |
| 1.3.12 启用“休眠”功能             | 18 |

## 第 2 章 系统个性设置技巧

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 2.1 桌面和外观设置技巧               | 19 |
| 2.1.1 禁止桌面清理向导              | 19 |
| 2.1.2 让 Windows XP 使用传统搜索界面 | 19 |
| 2.1.3 低配置电脑关闭视觉效果           | 20 |
| 2.1.4 锁定桌面                  | 21 |
| 2.1.5 锁定桌面背景                | 22 |
| 2.1.6 修改桌面的提示               | 22 |
| 2.1.7 改变图标大小                | 23 |
| 2.1.8 隐藏/显示桌面图标             | 23 |
| 2.1.9 控制图片作为桌面背景的位置         | 24 |
| 2.1.10 调整桌面图标间隔             | 24 |
| 2.1.11 禁止快捷方式图标中的“快捷方式”4 个字 | 25 |
| 2.2 开始菜单设置技巧                | 25 |
| 2.2.1 在开始菜单里面添加开机运行程序       | 25 |
| 2.2.2 屏蔽开始菜单中的“运行”          |    |





|                                   |    |                                               |    |
|-----------------------------------|----|-----------------------------------------------|----|
| “查找”、“关闭系统” .....                 | 26 | 4.2 播放器相关技巧 .....                             | 39 |
| 2.2.3 锁定开始菜单 .....                | 26 | 4.2.1 关联多媒体文件到<br>Windows Media Player .....  | 40 |
| 2.2.4 右键单击开始菜单关闭电脑 .....          | 27 | 4.2.2 指定 Windows Media Player<br>的代理服务器 ..... | 40 |
| 2.3 任务栏设置技巧 .....                 | 27 | 4.2.3 清除 Windows Media Player<br>的播放记录 .....  | 41 |
| 2.3.1 取消任务栏分组 .....               | 28 | 4.2.4 调整 Windows Media Player<br>缓冲区 .....    | 41 |
| 2.3.2 重建“显示桌面”图标 .....            | 28 | 4.2.5 更换 Windows Media Player<br>播放器皮肤 .....  | 41 |
| 2.3.3 不能修改的任务栏 .....              | 29 | 4.3 Movie Maker 技巧 .....                      | 42 |
| 2.3.4 改变时间显示格式 .....              | 29 | 4.3.1 用 Movie Maker 录制<br>音频和视频 .....         | 42 |
| 2.3.5 为时间的显示方式加上<br>特别信息 .....    | 29 | 4.3.2 定制视频特殊效果 .....                          | 43 |
| 2.4 个性化鼠标右键菜单技巧 .....             | 30 | 4.3.3 定制过渡特效 .....                            | 45 |
| 2.4.1 快速打开文件编辑 .....              | 30 | 4.3.4 定制片头片尾 .....                            | 46 |
| 2.4.2 快速清空回收站 .....               | 31 | 第5章 系统管理与维护 .....                             |    |
| 2.4.3 打开新窗口 .....                 | 31 | 5.1 账户管理技巧 .....                              | 47 |
| 2.4.4 在右键菜单中添加<br>“计算器” .....     | 32 | 5.1.1 创建与更改账户 .....                           | 47 |
| 第3章 软件安装与卸载 .....                 |    | 5.1.2 设置多用户硬件配置方案 .....                       | 48 |
| 3.1 软件安装 .....                    | 33 | 5.1.3 转移账户不用重新设置 .....                        | 50 |
| 3.1.1 使用软件的安装程序安装<br>软件 .....     | 33 | 5.1.4 双重身份切换 .....                            | 51 |
| 3.1.2 通过“添加或删除程序”<br>窗口安装软件 ..... | 34 | 5.2 磁盘维护技巧 .....                              | 52 |
| 3.2 软件卸载 .....                    | 35 | 5.2.1 使用磁盘扫描命令对磁盘<br>进行扫描和修复 .....            | 52 |
| 3.2.1 使用软件的安装程序安装<br>软件 .....     | 35 | 5.2.2 整理磁盘碎片加速磁盘运行<br>速度 .....                | 53 |
| 3.2.2 通过“添加或删除程序”<br>窗口卸载软件 ..... | 36 | 5.2.3 删除系统无用文件及回收<br>磁盘空间 .....               | 54 |
| 第4章 多媒体设置 .....                   |    | 5.2.4 启用磁盘上的写入缓存提高<br>磁盘的读写速度 .....           | 55 |
| 4.1 声音设置 .....                    | 37 | 5.3 文件清理技巧 .....                              | 55 |
| 4.1.1 调节系统音量 .....                | 37 | 5.3.1 关机时清空页面文件 .....                         | 55 |
| 4.1.2 设置个性化的系统声音 .....            | 37 | 5.3.2 快速清除系统临时文件 .....                        | 56 |
| 4.1.3 设置扬声器类型 .....               | 38 |                                               |    |
| 4.1.4 改变录音机录音时间 .....             | 39 |                                               |    |
| 4.1.5 不占用系统资源播放 CD .....          | 39 |                                               |    |



|       |                               |    |
|-------|-------------------------------|----|
| 5.3.3 | 卸载不用的 DLL 文件 .....            | 57 |
| 5.3.4 | 永久删除文件 .....                  | 57 |
| 5.4   | 资源管理器和任务管理器技巧 .....           | 57 |
| 5.4.1 | 把资源管理器设为默认的<br>打开方式 .....     | 57 |
| 5.4.2 | 从资源管理器中展开所有<br>目录分支 .....     | 58 |
| 5.4.3 | 快速打开任务管理器 .....               | 58 |
| 5.4.4 | 利用任务管理器发送信息 .....             | 58 |
| 5.5   | 性能相关技巧 .....                  | 58 |
| 5.5.1 | 去掉一些暂时不用的服务 .....             | 59 |
| 5.5.2 | 更改页面式内存池的大小 .....             | 61 |
| 5.5.3 | 修改应用程序出错时试图<br>等待响应的时间 .....  | 62 |
| 5.5.4 | 关闭“Internet 时间同步”<br>功能 ..... | 62 |
| 5.6   | 系统还原相关技巧 .....                | 63 |
| 5.6.1 | 关闭系统还原功能 .....                | 63 |
| 5.6.2 | 只保留最近还原点 .....                | 64 |

## 第 6 章 系统与网络安全

|       |                            |    |
|-------|----------------------------|----|
| 6.1   | 系统基本安全设置 .....             | 65 |
| 6.1.1 | 启用 Windows 防火墙 .....       | 65 |
| 6.1.2 | 启用自动更新 .....               | 66 |
| 6.2   | 文件和文件夹安全 .....             | 66 |
| 6.2.1 | 在“我的电脑”中屏蔽<br>驱动器图标 .....  | 66 |
| 6.2.2 | 隐藏“显示所有文件和<br>文件夹”命令 ..... | 67 |
| 6.2.3 | 超级文件名漏洞 .....              | 67 |
| 6.2.4 | 打造不能访问删除的文件夹 .....         | 68 |
| 6.3   | 系统功能限制 .....               | 68 |
| 6.3.1 | 禁用活动桌面 .....               | 68 |
| 6.3.2 | 禁用 HTML 文档作为<br>桌面背景 ..... | 69 |
| 6.3.3 | 屏蔽开始菜单中的“控制                |    |

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 面板”、“打印机和传真机”<br>等项 .....    | 69 |
| 关闭开始菜单中的“我<br>最近的文档”选项 ..... | 70 |
| 屏蔽控制面板中的指定项目 .....           | 70 |
| 全面禁止使用控制面板 .....             | 71 |
| 浏览器的安全 .....                 | 72 |
| 启用 IE 浏览器的分级审查<br>机制 .....   | 72 |
| 恢复 IE 浏览器的标题栏<br>文字 .....    | 73 |
| 恢复 IE 浏览器的起始页 .....          | 73 |
| 恢复 IE 浏览器起始页的<br>默认页 .....   | 74 |
| 恢复 IE 浏览器的右键菜单 .....         | 74 |
| .....                        | 74 |
| 禁止病毒启动系统服务 .....             | 74 |
| 警惕网上假冒银行窃取用户<br>资料 .....     | 75 |
| 用记事本检测杀毒软件 .....             | 75 |
| 清除 IE 浏览器的浏览信息 .....         | 76 |

## 第 7 章 局域网应用

|       |                             |    |
|-------|-----------------------------|----|
| 7.1   | 局域网组建技巧 .....               | 77 |
| 7.1.1 | 网卡到集线器、路由器的<br>直通网线接法 ..... | 77 |
| 7.1.2 | 双机使用网卡连接的交叉<br>网线接法 .....   | 77 |
| 7.1.3 | 创建直接电缆连接 .....              | 78 |
| 7.1.4 | 为一台电脑设置两个 IP 地址 .....       | 79 |
| 7.1.5 | 取消路由功能 .....                | 80 |
| 7.1.6 | 设置局域网登录时恢复连接 .....          | 80 |
| 7.1.7 | 将某电脑加入到域中 .....             | 80 |
| 7.2   | 共享技巧 .....                  | 81 |
| 7.2.1 | 文件共享 .....                  | 81 |
| 7.2.2 | 在网络上共享打印机 .....             | 82 |





|                                                |    |                                                 |     |
|------------------------------------------------|----|-------------------------------------------------|-----|
| 7.2.3 利用 Windows XP 共享 Internet 上网 .....       | 83 | 8.1.6 为什么磁盘可用空间不断减少 .....                       | 92  |
| 7.2.4 加速网上邻居共享的速度 .....                        | 83 | 8.2 常用软件故障与解决 .....                             | 92  |
| 7.2.5 解决无法在网络上共享文件和打印机的问题 .....                | 84 | 8.2.1 Windows Media Player 播放某些剪辑时无法听到音频 .....  | 93  |
| 7.2.6 无法访问 Internet 和局域网, ping 路由器也很慢的原因 ..... | 84 | 8.2.2 RealOne Player 不能播放 rm 和 rmvb 格式的电影 ..... | 93  |
| 7.3 网上邻居相关技巧 .....                             | 84 | 8.2.3 暴风影音无法播放流媒体文件 .....                       | 93  |
| 7.3.1 解决“网上邻居”中无法显示其余电脑的问题 .....               | 85 | 8.2.4 WinRAR 修复受损压缩文件 .....                     | 93  |
| 7.3.2 禁止建立空连接 .....                            | 85 | 8.2.5 打开 DOC 文档时系统崩溃 .....                      | 94  |
| 7.3.3 设置用户对移动存储器的访问权限 .....                    | 85 | 8.2.6 Excel 启动慢 .....                           | 94  |
| 7.3.4 隐藏“网上邻居”图标 .....                         | 86 | 8.2.7 PowerPoint 演示文稿打不开 .....                  | 95  |
| 7.3.5 隐藏网上邻居中的“整个网络”图标 .....                   | 86 | 8.3 局域网故障与解决 .....                              | 95  |
| 7.3.6 隐藏网上邻居中的工作组 .....                        | 87 | 8.3.1 交换机引发网络瘫痪 .....                           | 95  |
| 7.3.7 在局域网中隐藏自己的电脑 .....                       | 87 | 8.3.2 交换机电源故障 .....                             | 95  |
| 7.4 其他技巧 .....                                 | 88 | 8.3.3 交换机所有连接指示灯都在不规则闪动 .....                   | 96  |
| 7.4.1 局域网内使用远程协助 .....                         | 88 | 8.3.4 整个网络的运作正常, 但个别电脑无法正常通信 .....              | 96  |
| 7.4.2 固定 IP 以加快启动速度 .....                      | 88 | 8.3.5 服务器路由冲突造成无法上网 .....                       | 96  |
| 7.4.3 查看不同网段的网上邻居 .....                        | 89 | 8.3.6 只能发送数据包, 不能接收数据包 .....                    | 97  |
| 7.4.4 利用“Shutdown”命令实现网络统一关机 .....             | 89 | 8.3.7 两台电脑通过网卡直接互连但无法互访 .....                   | 97  |
| <b>第 8 章 系统故障修复</b>                            |    | 8.3.8 网络有时通畅, 有时不通, 动一下网线又通畅了 .....             | 97  |
| 8.1 Windows XP 系统故障与解决 .....                   | 91 | <b>第 9 章 Internet 的接入</b>                       |     |
| 8.1.1 升级到 Windows XP 时出现错误 .....               | 91 | 9.1 认识上网 .....                                  | 98  |
| 8.1.2 安装 Windows XP 期间电脑停止响应 .....             | 91 | 9.1.1 什么是 Internet .....                        | 98  |
| 8.1.3 出现 Windows 登录画面后系统蓝屏并重启 .....            | 91 | 9.1.2 Internet 的用途 .....                        | 98  |
| 8.1.4 怎样加快 Windows XP 窗口显示速度 .....             | 91 | 9.1.3 了解上网方式 .....                              | 100 |
| 8.1.5 怎样为 Windows XP 减肥 .....                  | 92 | 9.2 ADSL 宽带连接 .....                             | 102 |
|                                                |    | 9.2.1 申请 ADSL 业务 .....                          | 102 |



|                      |                            |     |                       |                               |
|----------------------|----------------------------|-----|-----------------------|-------------------------------|
| 9.2.2                | 安装相关设备 .....               | 103 | 关键词 .....             | 121                           |
| 9.2.3                | 在操作系统中建立连接 .....           | 104 | 11.2.6                | 百度快照 .....                    |
| <b>第 10 章 IE 浏览器</b> |                            |     | 11.2.7                | 高级搜索语法 .....                  |
| 10.1                 | IE 浏览器的使用 .....            | 106 | 11.3                  | Google 搜索 .....               |
| 10.1.1               | 了解 Internet Explorer ..... | 106 | 11.3.1                | 如何只看简体中文的搜索<br>结果 .....       |
| 10.1.2               | 认识 IE 浏览器的界面 .....         | 107 | 11.3.2                | 搜索结果至少包含多个<br>关键词中的任意一个 ..... |
| 10.1.3               | 使用 IE 浏览器浏览网页 .....        | 108 | 11.3.3                | 使用通配符搜索 .....                 |
| 10.1.4               | RSS 阅读功能 .....             | 108 | 11.3.4                | “手气不错” .....                  |
| 10.1.5               | 快速查找内容 .....               | 109 | 11.3.5                | 查找股票报价 .....                  |
| 10.1.6               | 收藏网页 .....                 | 110 | 11.4                  | 特定信息的搜索 .....                 |
| 10.1.7               | 保存当前网页 .....               | 110 | 11.4.1                | 地图搜索 .....                    |
| 10.1.8               | 保存网页图片 .....               | 111 | 11.4.2                | 单词和句子翻译 .....                 |
| 10.1.9               | 防止钓鱼攻击 .....               | 111 | 11.4.3                | 网页翻译 .....                    |
| 10.2                 | IE 浏览器的设置 .....            | 111 | <b>第 12 章 电子邮件</b>    |                               |
| 10.2.1               | 加快网页浏览速度 .....             | 112 | 12.1                  | 网页电子邮箱的使用 .....               |
| 10.2.2               | 查看历史记录 .....               | 112 | 12.1.1                | 认识电子邮件的地址 .....               |
| 10.2.3               | 更改临时文件夹 .....              | 112 | 12.1.2                | 认识电子邮件的结构 .....               |
| 10.2.4               | 设置自动完成 .....               | 114 | 12.1.3                | 申请免费电子邮箱 .....                |
| 10.2.5               | 清除上网记录 .....               | 114 | 12.1.4                | 登录电子邮箱 .....                  |
| 10.2.6               | 管理插件 .....                 | 115 | 12.1.5                | 撰写和发送电子邮件 .....               |
| <b>第 11 章 信息搜索</b>   |                            |     | 12.1.6                | 接收和查看电子邮件 .....               |
| 11.1                 | 认识搜索引擎 .....               | 116 | 12.1.7                | 安全退出电子邮箱 .....                |
| 11.1.1               | 什么是搜索引擎 .....              | 116 | 12.2                  | Outlook 2003 的使用 .....        |
| 11.1.2               | 搜索引擎分类 .....               | 116 | 12.2.1                | 设置电子邮件账户 .....                |
| 11.1.3               | 如何选择搜索引擎 .....             | 117 | 12.2.2                | 接收并阅读邮件 .....                 |
| 11.1.4               | 常用搜索引擎网址 .....             | 117 | 12.2.3                | 发送新邮件 .....                   |
| 11.1.5               | 搜索引擎的基本使用方法 .....          | 118 | 12.3                  | Foxmail 的使用 .....             |
| 11.2                 | 百度搜索 .....                 | 118 | 12.3.1                | 导出地址簿 .....                   |
| 11.2.1               | 搜索歌词和歌曲 .....              | 118 | 12.3.2                | 设置个性化签名 .....                 |
| 11.2.2               | 搜索图片 .....                 | 120 | 12.3.3                | 设置过滤器 .....                   |
| 11.2.3               | 计算器和度量衡转换 .....            | 120 | <b>第 13 章 上传与下载技巧</b> |                               |
| 11.2.4               | 专业文档搜索 .....               | 120 | 13.1                  | IE 浏览器下载与设置 .....             |
| 11.2.5               | 要求搜索结果中不含特定                |     |                       |                               |



|                     |               |     |
|---------------------|---------------|-----|
| 13.1.1              | 下载网站上的文件      | 136 |
| 13.1.2              | 提升IE浏览器的下载速度  | 136 |
| 13.2                | 网际快车下载        | 137 |
| 13.2.1              | 添加任务进行下载      | 137 |
| 13.2.2              | 设置同时下载任务数     | 138 |
| 13.2.3              | 批量下载有规律编号的文件  | 139 |
| 13.2.4              | 设置代理服务器       | 139 |
| 13.3                | BT下载          | 140 |
| 13.3.1              | 用BitComet下载资源 | 140 |
| 13.3.2              | 设置端口映射        | 141 |
| 13.3.3              | 打开UPnP        | 141 |
| 13.4                | 文件上传          | 142 |
| 13.4.1              | 连接服务器进行上传     | 142 |
| 13.4.2              | 防止发呆被踢        | 143 |
| <b>第14章 网上交流与娱乐</b> |               |     |
| 14.1                | QQ聊天          | 144 |
| 14.1.1              | 申请QQ号码        | 144 |
| 14.1.2              | 查找与添加好友       | 145 |
| 14.1.3              | 收发即时信息        | 147 |
| 14.1.4              | 进行语音和视频聊天     | 148 |
| 14.1.5              | 传送文件          | 148 |
| 14.2                | 微软MSN聊天       | 149 |
| 14.2.1              | 添加联系人         | 149 |
| 14.2.2              | 开始聊天          | 150 |
| 14.2.3              | 自定义头像         | 150 |
| 14.2.4              | 保存聊天记录        | 150 |
| 14.3                | 电子公告板(BBS)    | 151 |
| 14.3.1              | 注册ID          | 151 |
| 14.3.2              | 查看帖子并回帖       | 151 |
| 14.3.3              | 发表新帖          | 152 |
| 14.4                | 在线视听          | 153 |
| 14.4.1              | 收看网络电视        | 153 |
| 14.4.2              | 定时播放          | 154 |

|        |        |     |
|--------|--------|-----|
| 14.4.3 | 检测网络故障 | 155 |
|--------|--------|-----|

## 第15章 网上生活与资源利用

|        |           |     |
|--------|-----------|-----|
| 15.1   | 网上求职      | 157 |
| 15.1.1 | 注册并填写简历   | 157 |
| 15.1.2 | 寻找适合自己的工作 | 158 |
| 15.2   | 网上购物      | 159 |
| 15.2.1 | 注册用户      | 159 |
| 15.2.2 | 购买商品      | 160 |
| 15.3   | 网上炒股      | 161 |
| 15.3.1 | 下载并安装软件   | 162 |
| 15.3.2 | 接收即时股票信息  | 162 |
| 15.3.3 | 网上下单      | 163 |
| 15.4   | 网上预订      | 164 |
| 15.4.1 | 预订机票      | 164 |
| 15.4.2 | 预订酒店      | 165 |
| 15.5   | 网上银行      | 166 |
| 15.5.1 | 中国银行      | 166 |
| 15.5.2 | 农业银行      | 166 |
| 15.5.3 | 工商银行      | 167 |
| 15.5.4 | 建设银行      | 167 |
| 15.5.5 | 招商银行      | 167 |

## 第16章 网络安全

|        |            |     |
|--------|------------|-----|
| 16.1   | 了解网络安全     | 169 |
| 16.1.1 | 电脑病毒的危害    | 169 |
| 16.1.2 | 木马软件的危害    | 169 |
| 16.1.3 | 广告软件的危害    | 170 |
| 16.1.4 | 黑客的危害      | 170 |
| 16.1.5 | 怎样保证密码的安全  | 170 |
| 16.2   | 防御电脑病毒     | 171 |
| 16.2.1 | 电脑硬件保护     | 171 |
| 16.2.2 | 谨慎使用软盘和优盘  | 171 |
| 16.2.3 | 谨慎下载网络软件   | 172 |
| 16.2.4 | 警惕电子邮件及其附件 | 172 |



|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 16.2.5 防止宏病毒 .....            | 172 |
| 16.2.6 做好资料备份 .....           | 173 |
| 16.3 瑞星 2008 .....            | 173 |
| 16.3.1 设置实时监控 .....           | 173 |
| 16.3.2 手动扫描 .....             | 173 |
| 16.3.3 定制任务 .....             | 174 |
| 16.3.4 嵌入式杀毒 .....            | 175 |
| 16.4 天网防火墙 .....              | 176 |
| 16.4.1 断开网络连接 .....           | 176 |
| 16.4.2 设置应用程序访问网络<br>权限 ..... | 176 |
| 16.4.3 单独设置应用程序规则 .....       | 176 |
| 16.4.4 自定义 IP 规则 .....        | 177 |
| 16.4.5 应用程序网络端口的监控 .....      | 178 |

## 第 17 章 Word 文本编辑

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| 17.1 文档基本操作 .....                     | 179 |
| 17.1.1 Word 的启动与退出 .....              | 179 |
| 17.1.2 同时打开多个 Word 文档 .....           | 179 |
| 17.1.3 同时关闭多个 Word 文档 .....           | 180 |
| 17.1.4 认识 Word 操作界面 .....             | 180 |
| 17.1.5 显示或隐藏工具栏 .....                 | 180 |
| 17.1.6 新建 Word 文档 .....               | 181 |
| 17.1.7 保存 Word 文档 .....               | 182 |
| 17.1.8 “保存”与“另存为”命令<br>的区别 .....      | 182 |
| 17.1.9 一次性保存多个 Word 文档 .....          | 182 |
| 17.1.10 将 Word 文档保存为网页<br>格式的文件 ..... | 183 |
| 17.2 文档操作技巧 .....                     | 184 |
| 17.2.1 插入带圈数字 .....                   | 184 |
| 17.2.2 插入超过 10 的带圈数字 .....            | 184 |
| 17.2.3 插入常用短语 .....                   | 185 |
| 17.2.4 新建常用短语 .....                   | 185 |
| 17.2.5 输入中文省略号 .....                  | 185 |

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 17.2.6 输入破折号 .....     | 186 |
| 17.2.7 输入书名号 .....     | 186 |
| 17.2.8 插入当前日期和时间 ..... | 186 |
| 17.2.9 快速输入上下标字符 ..... | 186 |

## 第 18 章 Word 表格处理

|                                     |     |
|-------------------------------------|-----|
| 18.1 表格基本操作 .....                   | 188 |
| 18.1.1 通过自动制表创建表格 .....             | 188 |
| 18.1.2 通过手工绘制创建表格 .....             | 189 |
| 18.1.3 表格的选择方法及技巧 .....             | 189 |
| 18.1.4 改变表格大小 .....                 | 189 |
| 18.1.5 插入行列 .....                   | 190 |
| 18.1.6 一次性插入多行/多列 .....             | 191 |
| 18.1.7 删除行列 .....                   | 191 |
| 18.1.8 删除整个表格 .....                 | 191 |
| 18.1.9 自动调整行高和列宽 .....              | 192 |
| 18.1.10 手工调整行高和列宽 .....             | 192 |
| 18.1.11 将几个单元格合并成一个<br>单元格 .....    | 193 |
| 18.1.12 设置表格的边框与底纹<br>样式 .....      | 193 |
| 18.2 表格操作技巧 .....                   | 194 |
| 18.2.1 对 Word 表格中的数据进行<br>排序 .....  | 194 |
| 18.2.2 利用函数计算 Word 表格中<br>的数据 ..... | 195 |
| 18.2.3 设置单元格内容的对齐<br>方式 .....       | 195 |
| 18.2.4 制作表格斜线表头 .....               | 196 |
| 18.2.5 在多页表格中打印相同<br>表格标题 .....     | 196 |
| 18.2.6 设置表格环绕文字排版 .....             | 196 |

## 第 19 章 Word 图片处理与图形绘制

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 19.1 图形图片基本操作 ..... | 198 |
| 19.1.1 绘制简单图形 ..... | 198 |



|                        |                              |     |                                |                                 |     |
|------------------------|------------------------------|-----|--------------------------------|---------------------------------|-----|
| 19.1.2                 | 绘制自选图形 .....                 | 199 | 20.2.1                         | 录入单元格内容 .....                   | 210 |
| 19.1.3                 | 快速取消自动创建的画布 .....            | 199 | 20.2.2                         | 改变按下“Enter”键后<br>切换单元格的方向 ..... | 210 |
| 19.1.4                 | 彻底关闭画布的自动创建<br>功能 .....      | 199 | 20.2.3                         | 在一个单元格中输入多行<br>文字 .....         | 211 |
| 19.1.5                 | 在文档中插入剪贴画 .....              | 200 | 20.2.4                         | 修改单元格中的部分内容 .....               | 211 |
| 19.1.6                 | 文档中插入文件图片 .....              | 200 | 20.2.5                         | 快速录入连续序列编号 .....                | 211 |
| 19.1.7                 | 在文档中插入艺术字 .....              | 200 | 20.2.6                         | 快速录入相同的内容 .....                 | 212 |
| 19.1.8                 | 设置自选图形的填充颜色<br>及线条格式 .....   | 201 | 20.2.7                         | 输入分数 .....                      | 212 |
| 19.1.9                 | 快速改变图形图片大小 .....             | 201 | 20.2.8                         | 移动单元格中的内容 .....                 | 213 |
| 19.1.10                | 精确设置图形图片大小 .....             | 202 | 20.2.9                         | 添加有规律的文本内容<br>序列 .....          | 213 |
| 19.1.11                | 任意移动图形图片位置 .....             | 203 | 20.2.10                        | 检测数据有效性 .....                   | 213 |
| 19.1.12                | 精确移动图形图片 .....               | 204 | 20.2.11                        | 制作 Excel 斜线表头 .....             | 214 |
| 19.1.13                | 改变图形图片移动的默认<br>距离 .....      | 204 | 20.2.12                        | 只清除单元格内容而不<br>清除格式 .....        | 214 |
| 19.2                   | 图形图片操作技巧 .....               | 204 | 20.2.13                        | 只清除单元格格式而不<br>清除内容 .....        | 214 |
| 19.2.1                 | 裁剪图片不需要的部分 .....             | 204 | 20.2.14                        | 输入以“0”开头的编号 .....               | 215 |
| 19.2.2                 | 设置图片颜色效果 .....               | 205 | <b>第21章 Excel单元格/行/列/工作表编辑</b> |                                 |     |
| 19.2.3                 | 设置图形阴影和三维效果 .....            | 205 | 21.1                           | 单元格的编辑操作 .....                  | 216 |
| 19.2.4                 | 在图形上录入文字 .....               | 206 | 21.1.1                         | 插入单元格 .....                     | 216 |
| 19.2.5                 | 同时选择多个图形图片 .....             | 206 | 21.1.2                         | 删除单元格 .....                     | 216 |
| 19.2.6                 | 组合多个图形图片为一个<br>整体 .....      | 207 | 21.1.3                         | 合并单元格 .....                     | 216 |
| <b>第20章 Excel 基本操作</b> |                              |     | 21.1.4                         | 拆分已合并的单元格 .....                 | 217 |
| 20.1                   | Excel 软件的基本操作与设置 .....       | 208 | 21.1.5                         | 定义单元格区域名称 .....                 | 217 |
| 20.1.1                 | Excel 的工作界面 .....            | 208 | 21.1.6                         | 快速定义单元格区域名称<br>的技巧 .....        | 218 |
| 20.1.2                 | 查看最近使用的文档 .....              | 208 | 21.1.7                         | 通过名称快速选择单元格<br>区域 .....         | 218 |
| 20.1.3                 | 删除文档的使用历史记录 .....            | 209 | 21.1.8                         | 对单元格进行锁定 .....                  | 218 |
| 20.1.4                 | 改变 Excel 文件的默认<br>保存路径 ..... | 209 | 21.2                           | 行/列的编辑操作 .....                  | 219 |
| 20.1.5                 | 更改 Excel 默认工作表<br>的张数 .....  | 209 | 21.2.1                         | 插入行/列 .....                     | 219 |
| 20.1.6                 | 挽救被损坏的文档 .....               | 210 | 21.2.2                         | 一次性插入多行/列 .....                 | 219 |
| 20.2                   | Excel 文档内容的录入与编辑 .....       | 210 | 21.2.3                         | 删除行/列 .....                     | 219 |



|         |                               |     |
|---------|-------------------------------|-----|
| 21.2.4  | 快速改变行高/列宽 .....               | 219 |
| 21.2.5  | 快速自动调整行高/列宽 .....             | 220 |
| 21.2.6  | 指定固定行高/列宽 .....               | 220 |
| 21.2.7  | 处理单元格内容变成<br>“#####” .....    | 220 |
| 21.2.8  | 隐藏行/列 .....                   | 220 |
| 21.2.9  | 快速隐藏行/列 .....                 | 221 |
| 21.2.10 | 取消隐藏的行/列 .....                | 221 |
| 21.3    | 工作表的编辑操作 .....                | 221 |
| 21.3.1  | 选择工作表 .....                   | 222 |
| 21.3.2  | 选择多张工作表 .....                 | 222 |
| 21.3.3  | 快速切换到当前工作表<br>之前或之后的工作表 ..... | 222 |
| 21.3.4  | 取消多张工作表的选择 .....              | 222 |
| 21.3.5  | 插入工作表 .....                   | 222 |
| 21.3.6  | 删除工作表 .....                   | 222 |
| 21.3.7  | 重命名工作表 .....                  | 223 |
| 21.3.8  | 隐藏工作表 .....                   | 223 |
| 21.3.9  | 取消工作表的隐藏 .....                | 223 |

## 第 22 章 Excel 函数应用

|        |                               |     |
|--------|-------------------------------|-----|
| 22.1   | 函数计算 .....                    | 224 |
| 22.1.1 | 引用单元格 .....                   | 224 |
| 22.1.2 | 相对引用单元格 .....                 | 224 |
| 22.1.3 | 绝对引用单元格 .....                 | 225 |
| 22.1.4 | 混合引用单元格 .....                 | 225 |
| 22.1.5 | 在同一工作簿的不同<br>工作表之间引用单元格 ..... | 226 |
| 22.1.6 | 快速引用不同工作表中<br>单元格的技巧 .....    | 226 |
| 22.1.7 | 在不同工作簿之间引用<br>单元格 .....       | 226 |
| 22.1.8 | 快速改变单元格的引用<br>属性 .....        | 226 |
| 22.1.9 | 使用函数进行计算 .....                | 226 |

|         |                                 |     |
|---------|---------------------------------|-----|
| 22.1.10 | 快速插入函数 .....                    | 227 |
| 22.1.11 | 不计算出结果而查询计算<br>结果 .....         | 228 |
| 22.2    | 自定义公式计算 .....                   | 228 |
| 22.2.1  | 认识自定义公式 .....                   | 228 |
| 22.2.2  | 运算操作符 .....                     | 229 |
| 22.2.3  | 利用自定义公式进行计算 .....               | 229 |
| 22.2.4  | 编辑修改自定义公式 .....                 | 230 |
| 22.2.5  | 解决输入公式后出现<br>“#VALUE!”的问题 ..... | 230 |
| 22.2.6  | 解决输入公式后出现<br>“#DIV/0”的问题 .....  | 230 |
| 22.2.7  | 解决输入公式后出现<br>“#NAME?”的问题 .....  | 230 |
| 22.2.8  | 解决输入公式后出现<br>“#N/A”的问题 .....    | 231 |
| 22.2.9  | 解决输入公式后出现<br>“#REF!”的问题 .....   | 231 |

## 第 23 章 Excel 图表编辑

|        |                |     |
|--------|----------------|-----|
| 23.1   | 图表的基本操作 .....  | 232 |
| 23.1.1 | 创建图表 .....     | 232 |
| 23.1.2 | 认识图表的组成 .....  | 233 |
| 23.1.3 | 放大或缩小图表 .....  | 234 |
| 23.1.4 | 移动图表位置 .....   | 234 |
| 23.1.5 | 隐藏图表 .....     | 234 |
| 23.2   | 图表的修改与编辑 ..... | 234 |
| 23.2.1 | 修改图表类型 .....   | 234 |
| 23.2.2 | 显示图表数据标志 ..... | 235 |
| 23.2.3 | 更改图表刻度值 .....  | 235 |
| 23.2.4 | 添加图表趋势线 .....  | 235 |

## 第 24 章 PowerPoint 操作与设置

|        |                         |     |
|--------|-------------------------|-----|
| 24.1   | PowerPoint 的基本操作 .....  | 236 |
| 24.1.1 | PowerPoint 的启动与退出 ..... | 236 |
| 24.1.2 | 认识 PowerPoint 的工作       |     |





|                                        |     |                                           |     |
|----------------------------------------|-----|-------------------------------------------|-----|
| 界面 .....                               | 236 | 25.1.5 自动循环播放幻灯片 .....                    | 248 |
| 24.1.3 新建演示文稿 .....                    | 237 | 25.1.6 在播放幻灯片时暂停 .....                    | 248 |
| 24.1.4 让 PowerPoint 自动保存<br>演示文稿 ..... | 237 | 25.1.7 在播放幻灯片时隐藏指针 .....                  | 249 |
| 24.1.5 将演示文稿保存为直接<br>放映的格式 .....       | 237 | 25.1.8 在播放中跳到指定的<br>幻灯片中 .....            | 249 |
| 24.1.6 给 PowerPoint 文档加密码 .....        | 238 | 25.1.9 在幻灯片中添加备注 .....                    | 249 |
| 24.1.7 在幻灯片中输入文字 .....                 | 238 | 25.2 幻灯片编辑技巧 .....                        | 250 |
| 24.1.8 创建幻灯片相册 .....                   | 239 | 25.2.1 使用“批注”进行交流 .....                   | 250 |
| 24.1.9 给对象设置超级链接 .....                 | 240 | 25.2.2 在第二台显示器上安装<br>运行演示幻灯片 .....        | 251 |
| 24.1.10 插入新幻灯片 .....                   | 240 | 25.2.3 快速在 PowerPoint 各功能<br>窗格之间切换 ..... | 251 |
| 24.1.11 调整幻灯片顺序 .....                  | 241 | 25.2.4 利用保存选项缩小文件<br>体积 .....             | 251 |
| 24.1.12 给幻灯片添加背景 .....                 | 241 | 25.2.5 避免 Flash 引发幻灯片病毒<br>提示 .....       | 252 |
| 24.1.13 设置幻灯片模板样式 .....                | 242 | 25.2.6 自定义撤消次数 .....                      | 253 |
| 24.2 PowerPoint 的操作技巧 .....            | 242 | <b>第 26 章 PowerPoint 幻灯片特殊效果</b>          |     |
| 24.2.1 快速更改文字的大小<br>和样式 .....          | 242 | 26.1 PowerPoint 幻灯片特效基本操作 .....           | 254 |
| 24.2.2 在幻灯片播放时添加文字 .....               | 243 | 26.1.1 实现动画效果 .....                       | 254 |
| 24.2.3 自动更新日期和时间 .....                 | 243 | 26.1.2 手工定制动画效果 .....                     | 254 |
| 24.2.4 给插入的图片减肥 .....                  | 243 | 26.1.3 定制幻灯片过渡效果 .....                    | 255 |
| 24.2.5 快速选定超链接文本 .....                 | 244 | 26.1.4 快速预览动画效果 .....                     | 255 |
| 24.2.6 自动选定整个单词 .....                  | 244 | 26.1.5 让文字与旁白同步 .....                     | 256 |
| 24.2.7 让复杂的文本对齐 .....                  | 245 | 26.1.6 让对象随心所欲动起来 .....                   | 256 |
| <b>第 25 章 PowerPoint 幻灯片编辑</b>         |     | 26.1.7 让多个图片同时运动起来 .....                  | 256 |
| 25.1 幻灯片编辑基本操作 .....                   | 246 | 26.2 PowerPoint 幻灯片特效操作技巧 .....           | 257 |
| 25.1.1 一次性展开全部菜单 .....                 | 246 | 26.2.1 设置连续背景音乐效果 .....                   | 257 |
| 25.1.2 添加动作按钮 .....                    | 246 | 26.2.2 让多个对象整齐排列 .....                    | 258 |
| 25.1.3 录制旁白 .....                      | 247 | 26.2.3 创建镜像效果 .....                       | 258 |
| 25.1.4 快速实现动作按钮的统一<br>设置 .....         | 248 |                                           |     |

## 第1章 系统基础操作技巧

## 1.1 文件及文件夹操作技巧

在使用电脑的过程中，对于文件和文件夹进行的操作是最常见的。熟练掌握相关的操作技巧，不仅能够有效地提高工作效率，达到事半功倍的效果，还能给人留下深刻的印象，在求职面试等场合让人刮目相看。

### 1.1.1 键盘、鼠标配合进行随心所欲的文件选取

一般用户都知道使用鼠标左键单击文件进行单个选取，或者拖动鼠标左键进行大范围的选取。但是如果要进行不连续的选取，或者连续选取后再去掉几个已选中的文件，其操作就要用到“Shift”、“Ctrl”键的配合了。

(1) 选择多个连续的文件。



**2** 按住“Shift”键不放，再单击最后一个文件，则头尾两个文件，包括中间所有文件都呈蓝色的被选取状态

(2) 选择多个不连续的文件。



按住“Ctrl”键不放,同时用鼠标左键单击任意位置的文件,单击过的文件即呈现被选取状态。

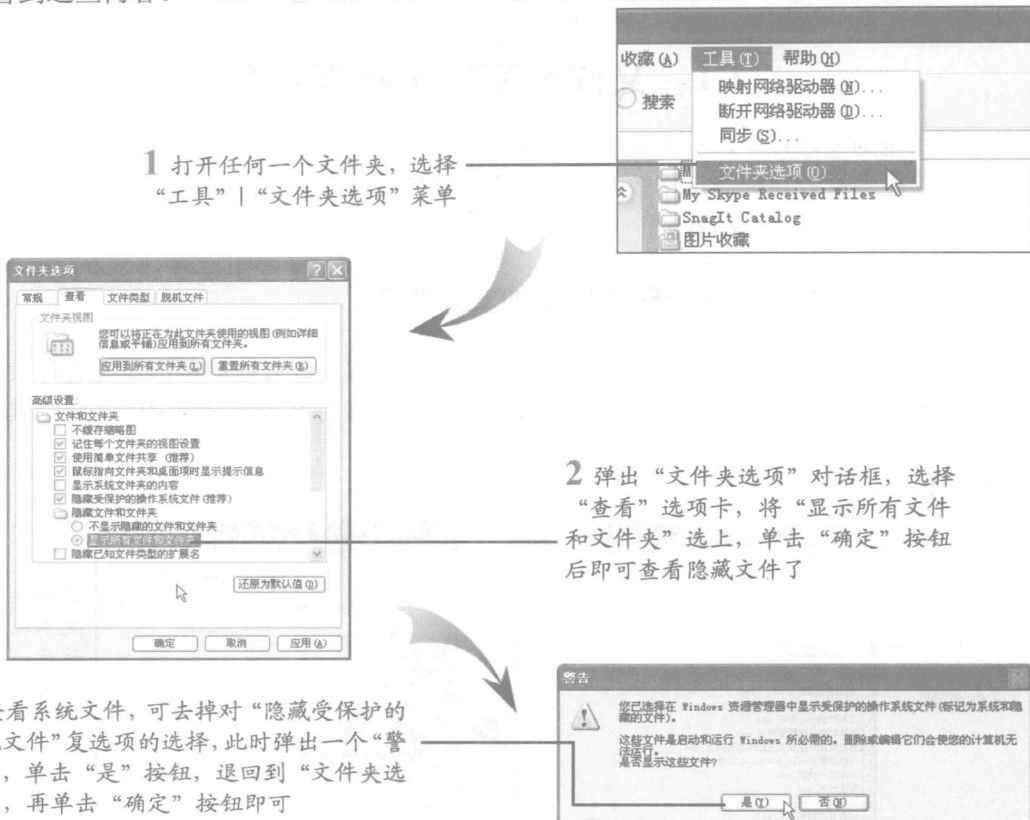


在选择多个文件后，如果要取消某些已经选择的文件，只需按住“Ctrl”键，同时单击想要取消的文件即可。



### 1.1.2 查看隐藏文件和系统文件

默认情况下操作系统是不显示隐藏文件和系统文件的，但只要对文件夹选项做一定修改即可可看到这些内容。



1 打开任何一个文件夹，选择“工具”|“文件夹选项”菜单

2 弹出“文件夹选项”对话框，选择“查看”选项卡，将“显示所有文件和文件夹”选上，单击“确定”按钮后即可查看隐藏文件了

3 如想查看系统文件，可去掉对“隐藏受保护的操作系统文件”复选项的选择，此时弹出一个“警告”窗口，单击“是”按钮，退回到“文件夹选项”窗口，再单击“确定”按钮即可

### 1.1.3 文件和文件夹快速改名

一般情况下在改名时，都是先选中一个文件后，在该文件上单击鼠标右键，或者直接用鼠标右键单击该文件，即会弹出快捷菜单，在里面选择“重命名”即可，但另外有两种方法可以实现快速改名。

(1) 选中一个文件后，按“F2”键即可进入改名状态。

(2) 选中一个文件后，隔 1s（秒）后再次用鼠标左键单击该文件的文件名，也可进入改名状态。注意两次单击之间的时间间隔要合适，太快会变成双击，太慢则没有效果。

### 1.1.4 改变文件的默认打开方式

一些文件被系统设置了默认的打开程序。比如 TXT 类文件默认用记事本打开，DOC 类文件默认用写字板打开。如果想改变这种默认设置，比如将 TXT 类文件设置为默认用写字板打开，可按以下步骤操作。