

新e代立体组合训练

光盘动态演示 图书精彩讲解

电脑操作

技能突破训练

(初级)

李盛海 主 编
付 航 副主编



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



谁知盘中藏
例例皆清楚

新 e 代立体组合训练

电脑操作技能突破 训练(初级)

李盛海 主 编
付 航 副 主 编

机械工业出版社

7810020

本作品采用多媒体手段,结合精选例题的立体化组合训练方式,在中小学信息技术课的基础上深化和提高电脑操作的应用技能,以20多个精心设计的小例子将Windows最常用的操作技巧完全展示。光盘直观演示学习案例操作,配套图书重点讲解思路 and 技巧,并给出相关的技能测试题。

全书不讲理论,专讲技能;不重理论,只重应用;技巧与潜能并重,实例与练习结合。本书适合作为中小学校信息技术教育和素质教育的教学、自学用书,也可以作为电脑初学者和各类培训班的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

电脑操作技能突破训练:初级/李盛海主编. —北京:
机械工业出版社, 2003.3
(新c代立体组合训练)
ISBN 7-111-11857-X

I. 电... II. 李... III. ①电子计算机—基本知识
②窗口软件, Windows IV. TP3

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第019036号

机械工业出版社(北京百万庄大街22号 邮政编码100037)

责任编辑:周予滨

责任印制:闫焱

北京交通印务实业公司·新华书店北京发行所发行

2003年3月第1版·第1次印刷

1000mm×1400mm B5·4插页 6.125印张·175千字

0001—5000册

定价:25.00元(含1CD)

凡购本图书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

购书热线电话:(010)68326294

投稿专线:(010)88379949

你 喜欢读什么样的书？

中 藏 例 例 皆 清 楚

知 谁 盘



老师喜欢 学到知识，吃透弄懂的

学生喜欢 有趣形象，最好来点绝的，能露一手的

家长喜欢 能把孩子吸引住，学到有用的

精心倾情奉献

新e代立体组合训练系列读物

《电脑画图技能突破训练》

《电脑操作技能突破训练》

《电脑上网技能突破训练》

《电脑写作技能突破训练》

.....

采取以电脑应用案例、例题为特色的电子学习训练模式
书盘互动，图书讲解知识技巧，光盘动态演示操作过程
精选案例，生动形象，技巧多多，一看就懂，一学就会
优秀教师倾情奉献多年教学经验，亲口讲授，亲手示范

本系列读物可作为中小学信息技术课教学用书，亦可作为
各类电脑培训学校的教材及电脑初学者自学指导用书



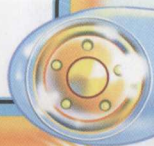
小刚是个游戏迷，他最爱玩的游戏就是“反恐精英”。这是小刚在与别人对战时抓取的图片。很酷吧！让我们一起来学习第11课，把电脑上的精彩画面抓取下来吧！

例图 03



使用电脑免不了要安装这样、那样的软件，游戏软件啦、文字处理软件啦、杀毒软件啦……这些软件都要安装后才能运行，我们到第14课学习一下如何安装、卸载软件吧！

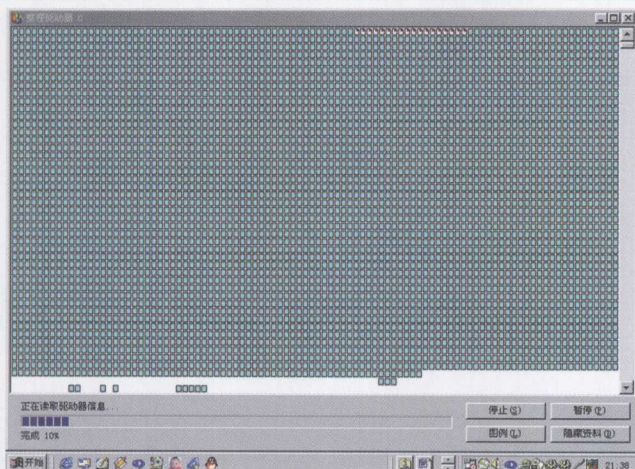
例图 04





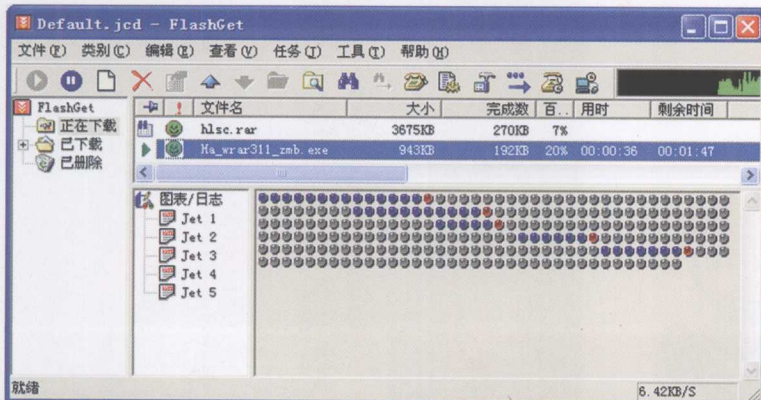
小明的电脑最近出现了“情况”，电脑运行速度变慢了，有时候还经常死机，可把小明急坏了。同学们，你的电脑遇到过这样的问题吗？老师交给你们三样“法宝”，让我们一起去第16课看看吧！

例图 05



Internet是信息的海洋，里面有很多好“东东”，但是下载起来真是太慢了，急死人！如果有了下载软件，就会提高工作效率。网际快车、网络蚂蚁都是比较好的下载工具软件。让我们一起来学习第18课吧！

例图 06





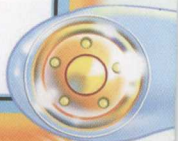
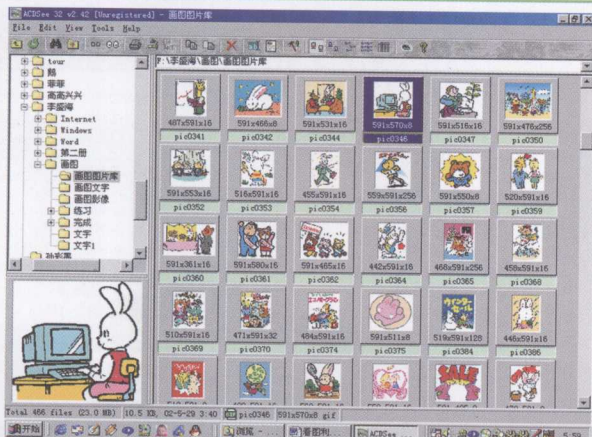
现在的软件容量越来越大，越来越“胖”，真该减肥了！对电脑中的文件进行压缩是一种普遍采用的方法。某些图形文件压缩后，可节省 95% 的存储空间。如今的压缩软件多如牛毛，但是，在 Windows 中最有影响、最常见的压缩软件是 WinZip、WinRAR 等。让我们一起学习第 19 课为文件减肥吧！

例图 07



精美的图片人人喜欢，不知你有没有过这样的经历：从几百、几千甚至上万张图片中找到你想要的图片，这简直是大海捞针！我们需要一个看图软件帮助我们查找图片。让我们一起来学习第 20 课吧！

例图 08





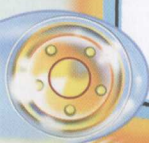
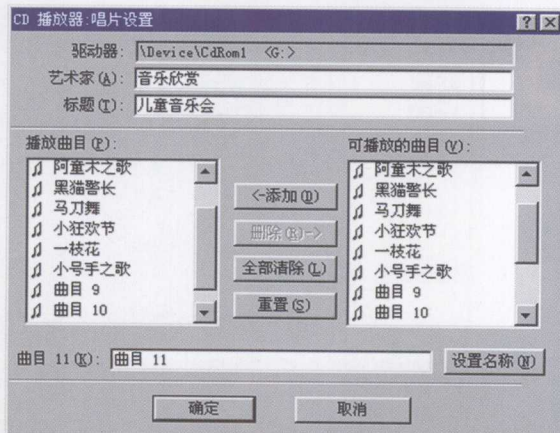
不知道你的电脑受过病毒的侵害没有，当今社会，每天都有上千种新病毒出现。你知道什么是病毒吗？你会使用杀毒软件吗？让我们一起来学习第 21 课吧！

例图 09



优美的音乐能陶冶人的情操，我们的电脑不仅是信息处理的助手，还能为我们播放动听的音乐呢！试想，我们在优美旋律的伴奏下画画、写作文是多么惬意的事呀！快快来阅读第 22 课吧！

例图 10





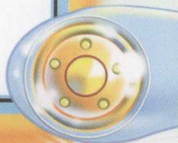
MP3是当前最流行的音乐格式之一，Winamp是专门播放MP3的软件，怎么样？Winamp的界面非常酷吧，就像一个迷你音响一样！让我们到第23课看看吧！

例图 11



精彩的VCD大家都爱看，那么你听说过“豪杰超级解霸”吗？它可是播放VCD的“专家”。让我们一起来学习第25课，利用“豪杰超级解霸”看VCD吧！

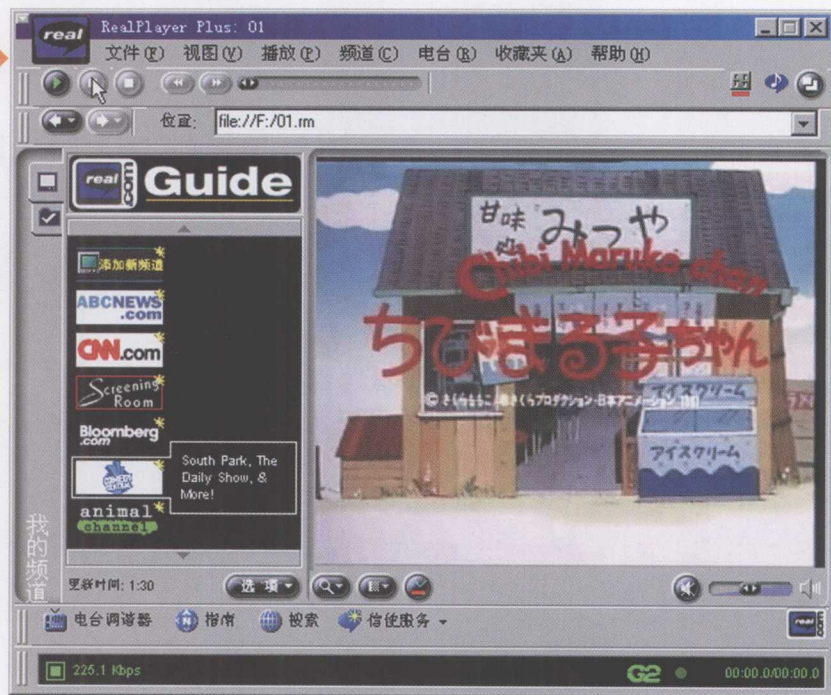
例图 12





大家一定都喜欢看电影，我们经常看的VCD一般需要两张，甚至三张光盘才能放得下一部电影。如果要存放一部电视连续剧，恐怕就需要几十张，甚至上百张光盘了。要是一张光盘能装下好多部电影该多好呀！现在流行一种Real格式的电影，我们常常称它为“压缩电影”，你想知道如何观赏“压缩电影”吗？请你赶快去看第26课的介绍吧！

例图 13



序

人类跨入 21 世纪,信息社会已经来临,信息技术的迅猛发展和广泛应用,预示着人类经济社会生活将发生新的巨变,信息的获取、传输、处理和应用能力将作为人们最基本的能力和文化水平的标志,从而对国民素质,对劳动者的素质提出了更高的要求。

为了迎接信息时代的挑战和激烈的国际竞争,2002 年中共中央、国务院作出了《关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》(以下简称《决定》),这是指导我国新世纪教育改革和发展的纲领性文件。《决定》提出,要把提高国民素质作为教育的根本宗旨,要把培养学生创新精神和实践能力作为教育的重点,要以信息化带动教育的现代化。

《新 e 代立体组合训练》系列光盘读物,是机械工业出版社为了贯彻落实《决定》的精神,培养学生获取信息、分析信息、处理信息 and 应用信息解决问题的能力,提高学生的信息素养,培养学生的创新精神和实践能力,推进教育的信息化,邀请一批专家在认真、深入调查研究基础上,精心设计、精心制作的成果。

本系列光盘读物的编写,依据教育部课程改革精神和先进教学理论,吸取一线教师的教学实践经验。具有如下的鲜明特点:

其一,体现技术与教学和学习的整合。本套读物采用光盘与书本结合的形式,力图将技术作为构建自主、探究学习环境的重要因素,作为教学和学习内容的有机组成部分。将艰深晦涩的计算机原理和说明书式操作过程的冗长叙述化为简洁明了、通俗易懂、富于启发、技巧与潜能并重、实践与理论结合的新型读物。从而为发挥学生的主体作用,为学生的自学和开展研究性学习,为教学和评价,创造了良好的条件。

其二,实践性强。首先,本套读物在编写与制作上重视一线教师的成功经验,从内容的选择、编排到教学思想、教学方法都是精选自众多一线优秀教师的教学实践。其次,读物安排了大量的实践型例题和练习,促使学生通过动脑、动手,通过亲身实践来学习,从而培养学生的创新精神和实践能力。

本套读物的问世,为中小学普及信息技术教育提供了又一份珍贵的教材。我们希望大家都能来关心、支持中小学信息技术教育,为中小学教育的信息化献力。

中国教育学会中小学计算机教育专业委员会副理事长 邓立言

前言

学电脑最简单的是打开软件，漫无边际地执行几个基本操作；最麻烦的是应用实例怎么做？出现问题怎么办？

实际上大多数人还没有意识到的问题是：怎样检验是否已经掌握了所学的内容？通过什么形式来练习，吃透？

电脑技术已经不再算是一门传统的技术，而是发展成为收集信息、传播信息的一种手段，现在我们称之为信息技术。那么，学电脑强调的不是会几种编程语言，会几种软件，了解多少功能，而是重视运用知识的能力，即应用技能，或者说信息素养。

信息技术怎样教，怎样学？

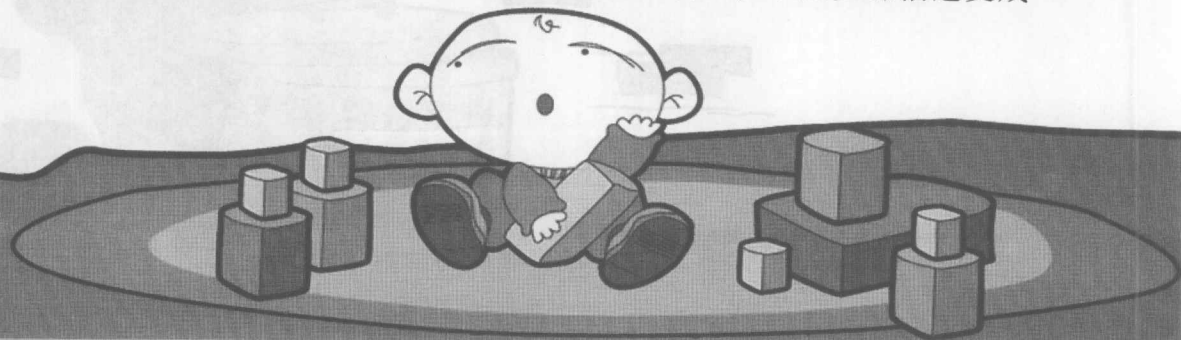
众说纷纭，莫衷一是。

任务驱动、研究性学习逐步得到大家的认同，但是与此相配套的教学资料还在酝酿之中。这已经成为一个让人殚精竭虑的课题。

一群极具进取精神的中青年教师，为了自身的崇高使命，秉承同一个理念和策划，献出了多年的教学经验、宝贵的业余时间，摸索出一套以案例、例题为特色的电子学习训练方案。这本身也是一种尝试，一种突破。

本系列出版物就是在这样的深厚背景下问世的，因此具有了一些全新的风格：

书本变薄了。书为什么厚？是操作过程描述占据了大部分篇幅。看上去既不直观，也难以与实际操作对应。我们采取了最新的电子学习(e-learning)形式：电子媒体擅长表现和引入，于是步骤描述变成



了光盘案例观摩；书本的特长在于知识讲解，于是技巧和知识延伸成为主要内容。

学习形象了。没有概念一二三四，没有功能一二三四，只有想一想，练一练，通过看得见摸得着的案例和例题，将知识融合起来，使学生处于主动地位，不再接受灌输。情景式、形象化的教学就好像在开小灶。

问题好找了。老师讲，学生听，固然有可取之处。可是，有了问题怎么办？能不能自己去探索，能不能像学习其他学科一样，做做习题和测验题？按照提出问题—解决问题—总结归纳的训练模式，既容易接受，又吃得透。

本系列读物先期出版的有：

《电脑画图技能突破训练》（初级）

《电脑上网技能突破训练》（初级）

《电脑操作技能突破训练》（初级）

《电脑写作技能突破训练》（初级）

《电脑写作技能突破训练》（中级）

成绩和问题永远是一对孪生兄弟。真诚希望广大读者批评、指正。

本作品参编人员有：张忠萍、李玲、李辉、沙莉、聂辉、戴琳和崇常春。

编者

2003年3月



目 录

前言

第1课 绕口令	1
一、为什么把剪贴板叫做“神奇的剪贴板”	2
二、怎样制作图文并茂的文章	5
三、高手风范——使用快捷键进行剪切和复制	8
练习	9
第2课 随心所欲选文件	12
一、怎样灵活地选择多个文件或文件夹	13
二、高手风范——〈Ctrl〉和〈Alt〉键的妙用	16
练习	17
第3课 我的 Windows(1)	19
一、怎样把美丽的图片设置为桌面墙纸	20
二、让我的电脑休息一会儿	24
三、高手风范——把自己的照片作为屏幕保护	26
练习	27
第4课 我的 Windows(2)	28
一、如何安装桌面主题	30
二、如何设置个性化的桌面主题	32
三、高手风范——下载桌面主题	34
练习	35
第5课 我的 Windows(3)	36
一、整人专家——颠倒鼠标的左右键	37
二、高手风范——我的 Windows 密码	38
练习	40
第6课 我的 Windows(4)	41
一、如何把自己喜爱的图片作为开关机画面	42
二、高手风范——文件的扩展名	43

练习	45
第7课 Windows(5)	46
一、如何整理“开始”菜单	47
二、高手风范——恶作剧	50
练习	52
第8课 捉迷藏	53
一、如何不让别人看我的文件	54
二、高手风范——我的文件别人改不了	55
练习	56
第9课 火眼金睛	57
一、我的文件忘记存放在哪里了，怎样才能找到它	58
二、高手风范——记不清文件名也能找到	61
练习	64
第10课 我的印章	65
一、如何制作自己的印章	66
二、高手风范——我会安装输入法	68
练习	69
第11课 我要抓屏	70
一、如何把精彩的游戏画面保存起来	71
二、高手风范——利用抓图软件抓取图片	74
练习	75
第12课 工作有计划	76
一、如何让计算机按照计划执行任务	77



二、高手风范——定期清理磁盘，保持计算机的最佳工作状态	79
练习	80
第 13 课 心心相印	81
一、如何设置文件关联	82
二、高手风范——巧用鼠标右键	84
练习	85
第 14 课 安装软件	86
一、新买的软件怎么安装	87
二、卸载不常用的软件，提高计算机工作效率	89
三、高手风范——有的软件没有卸载程序项怎么办	90
练习	91
第 15 课 安装显示卡驱动程序	92
一、我购买了新硬件，怎么安装驱动程序	93
二、高手风范——驱动程序丢失了也能搞定	96
练习	97
第 16 课 磁盘的维护	98
一、如何清理我的磁盘	99
二、我的硬盘有时很慢，该怎么办	100
三、如何整理磁盘碎片	101
四、高手风范——让自己的计算机保持最佳状态	103
练习	104
第 17 课 下载软件	105
一、什么是资源共享	106

