

从0起飞

Windows Vista 操作系统易学通

从0起步 模块教学

实例巧配 检测所学

视频直播 超值实惠

新手对话 解惑答疑

电脑初学者的首选精华本
外行也能一学即会的制胜法宝

杰诚文化/编著



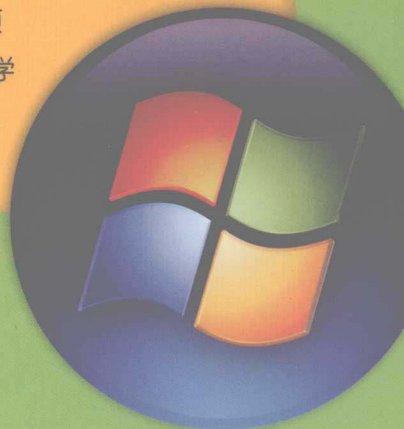
288元正版软件（金山毒霸杀毒套装、五笔打字与磁盘清理软件等）

180分钟与本书内容一体化的多媒体教学视频

151个Vista基础操作MP3音频文件，边听边学

100个**Word 2007**实用模板

10000个常用汉字的五笔编码查询电子字典



中国青年出版社
中国青年电子出版社
<http://www.21books.com> <http://www.cqchina.com>



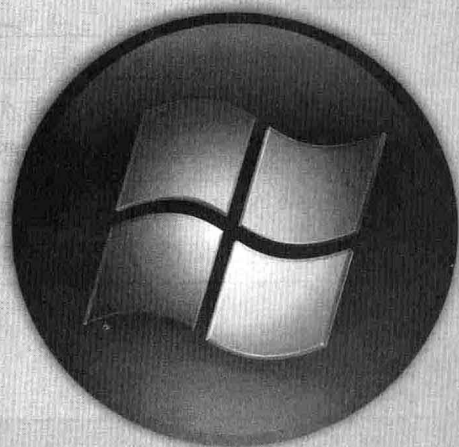
中青雄狮

——从0起飞——
电脑基础应用易学通

从0起飞

Windows Vista 操作系统易学通

杰诚文化/编著



律师声明

北京市邦信律师事务所律师谢青律师代表中国青年出版社郑重声明：本书由著作权人授权中国青年出版社独家出版发行。未经版权所有人和中国青年出版社书面许可，任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或传播本书全部或部分内容。凡有侵权行为，必须承担法律责任。中国青年出版社将配合版权执法机关大力打击盗印、盗版等任何形式的侵权行为。敬请广大读者协助举报，对经查实的侵权案件给予举报人重奖。

侵权举报电话：

全国“扫黄打非”工作小组办公室

中国青年出版社

010-65233456 65212870

010-64069359 84015588转8002

<http://www.shdf.gov.cn>

E-mail: law@21books.com MSN: chen_wenshi@hotmail.com

图书在版编目(CIP)数据

从0起飞：电脑基础应用易学通 / 杰诚文化编著. —北京：中国青年出版社，2008

ISBN 978-7-5006-8108-3

I.从… II.杰… III.电子计算机—基本知识 IV. TP3

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第037754号

从0起飞——电脑基础应用易学通

Windows Vista操作系统易学通

杰诚文化 编著

出版发行： 中国青年出版社

地 址：北京市东四十二条21号

邮政编码：100708

电 话：(010) 84015588

传 真：(010) 64053266

企 划：中青雄狮数码传媒科技有限公司

责任编辑：肖 辉 韩瑕珺 张海玲

封面设计：于 靖

印 刷：中国农业出版社印刷厂

开 本：787×1092 1/16

总 印 张：69

版 次：2008年7月北京第1版

印 次：2008年7月第1次印刷

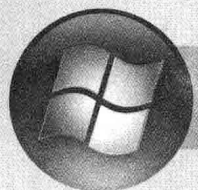
书 号：ISBN 978-7-5006-8108-3

总 定 价：88.00元（共4分册，各附赠1光盘）

本书如有印装质量问题，请与本社联系 电话：(010) 84015588

读者来信：reader@21books.com

如有其他问题请访问我们的网站：www.21books.com



为什么选择“从0起飞”系列丛书

这是一套为初学者量身打造的电脑入门图书，起点低、上手快，容易学，对于不懂电脑的读者而言，可谓一读即会。

这是一份教育专家为您定制的“营养套餐”，运用模块式教学方式，让您轻松学习、高效掌握，满足广大读者的不同需求。

本系列图书的宗旨就是：用科学的教育方式带领零基础的您，学习多少即掌握多少，不久的一天，您会发现，您已经破茧成蝶，成为电脑高手了！

丛书内容

划分套系	编 号	书 名
从0起飞——电脑基础应用易学通	①	电脑入门易学通
	②	五笔打字易学通
	③	电脑组装维护与故障排除易学通
	④	Windows Vista操作系统易学通
从0起飞——电脑办公应用易学通	⑤	Office 2007公司办公易学通
	⑥	Excel 2007电子表格制作易学通
	⑦	电脑办公综合应用易学通
从0起飞——电脑设计应用易学通	⑧	Photoshop CS3图像处理易学通
	⑨	Flash CS3动画设计易学通
	⑩	数码照片处理易学通
	⑪	AutoCAD 2008中文版绘图设计易学通
	⑫	会声会影11 中文版视频编辑易学通

丛书特色

特 色	说 明
科学的模块教学方式 每日一模块轻松掌握	首次将模块式教学方式引入计算机学习中，合理规划每日学习任务，帮助您每天掌握所学内容，周末综合操练，提高突进！
轻松易学的阅读方式 让您从0开始无障碍	本书将讲解知识实例化，为操作步骤标示顺序，并在图中添加重点标注，即使零基础的入门读者学习起来也毫无障碍。

(续表)

特 色	说 明
全程互动的多媒体视频 让您看电影般学完课程	按照教学模块设计了一套完整的互动视频教学体系, 配合全程语音解说和详细的操作演示, 再现知识点操作全过程。
大中小实例合理巧搭配 枯燥理论转为实战演练	通过小实例进行基础知识讲解→中型课堂案例将本模块知识进行综合练习→大实例将5模块知识进行归纳、演练。
情景式新手疑问解答 解决入门读者的困惑	以新手小灵和电脑博士大鹏的对话形式, 将入门读者的疑惑一吐为快, 并提供满意的答案指导, 可谓新手的一把万能钥匙!
温故知新型的结业测试 让您检测已学尝试新学	本书精心安排了知识点回顾测试和拓展测试, 让您检测本模块已学内容, 并督促您大胆尝试下一模块相关知识的操作。

本书内容导读

第1篇：感受Windows Vista的全新界面；Windows Vista的基础操作；Vista个性化设置；文件资源的管理；输入法的设置与Tablet PC输入面板

第2篇：常用附件的使用；Windows Vista的多媒体中心；Windows Vista的办公中心；程序的安装与卸载；用户的帐户管理

第3篇：Windows Vista系统维护与优化、网络的快速连接；网上冲浪；收发电子邮件；电脑安全“三防”——防黑、防毒、防间谍

本书光盘内容

- 180分钟Windows Vista基础知识多媒体教学视频
- 151个Vista基础操作MP3音频文件, 边听边学
- 288元正版软件(金山毒霸杀毒套装、五笔打字与磁盘清理软件等)
- 100个Word 2007实用模板
- 10000个常用汉字的五笔编码电子字典

写在最后

学习电脑就像生活一样, 有新奇乐趣也有烦恼困惑, 但是最重要的是要不断地练习、提高才能使得困惑越来越少, 当您跟随本书找到学习电脑的正确方向时, 相信您就像驾驭了生活一般感到无比的轻松、快乐, 坚持到底!

为了更好地服务于读者朋友, 我们提供了电话答疑和网络答疑服务, 如果您在阅读本书过程中遇到问题, 可以拨打电话010-84015588-8020, 发电子邮件到reader@21books.com, 或者加入QQ群60168599, 我们会尽心为您解答!

丛书编委会

2008年7月



第1篇 | 掌控Windows Vista

教学模块

1

迈入 Windows Vista 的空间

知识讲解	全新的 Windows Vista 操作系统	2
	Windows Vista 的特点与新增功能	2
	Windows Vista 与 Windows XP 的区别	5
	Windows Vista 多种版本初体验	6
	Windows Vista 安装指南	7
	安装 Windows Vista 的准备工作	7
	安装 Windows Vista	7
	感受 Windows Vista 的全新界面	13
	Windows Vista 索引体验	13
	我的好帮手——Windows Vista 的帮助与支持	14
课堂案例	查看电脑信息	16
解惑答疑	怎样在通知区域里退出不使用的程序	17
	怎样将计算机的图标显示在桌面上	17
	为什么安装了 Windows Vista 系统后桌面上没有侧边栏	17
	如何打开控制面板	18
	在控制面板中从经典视图切换到控制面板主页的方法	18
	如何查看桌面上程序的属性	18
结业测试	知识点回顾测试：将某个程序设置为默认程序	18
	知识点拓展测试：隐藏快速启动工具栏	19

教学模块

2

初来乍到——Windows Vista 的基本操作

知识讲解	时尚的“开始”菜单	20
	“开始”菜单的介绍	20
	设置“开始”菜单的外观	21

简单设置任务栏	23
自动隐藏任务栏	23
取消“分组相似任务栏按钮”的设置	24
取消显示窗口预览	25
了解 Windows 窗口	27
窗口的组成	27
窗口的设置	28
时尚好用的 Windows 边栏	29
边栏中的小工具	29
添加或删除边栏中的小工具	31
对边栏的设置	32
系统状态的操作	34
关闭电脑	34
重启电脑	35
休眠	35
睡眠	36
锁定	37
注销用户	37
课堂案例 通知区域的设置	38
解惑答疑 将开始菜单设置成经典菜单的形式	39
如何快速暂时隐蔽所有打开的窗口	39
如何改变任务栏的大小	39
如何把边栏里的小工具放到前端	39
如何快速切换边栏里的小工具	40
结业测试 知识点回顾测试：制作工作安排计划	40
知识点拓展测试：为桌面设置自己喜欢的图片	40

多彩超炫——Windows Vista 个性化设置

知识讲解 炫丽的 Windows Vista 颜色和外观	41
设置喜欢的图片为桌面背景	43
显示器的简单保护方法——设置屏幕保护程序	45
设置声音	46
设置鼠标指针	48
设置主题	50



显示设置	51
使用 Windows Flip 3D	52
显示或隐藏桌面图标	53
课堂案例 颜色混合器的使用	54
解惑答疑 改变屏幕中字体大小	56
设置主题时如何获得更多的颜色选项	56
改变桌面上图标的大小	56
设置桌面背景时如何定位图片	56
更改桌面的图标	57
另存设置的声音方案	57
结业测试 知识点回顾测试：拥有超炫夺目的桌面背景	57
知识点拓展测试：快速新建文本文档	58

知识讲解 认识文件和文件夹	59
文件与文件夹的操作指南	60
新建文件	60
新建文件夹	61
重命名文件或文件夹	62
移动文件或文件夹	63
隐藏文件或文件夹	64
隐藏文件或文件夹	64
显示隐藏的文件或文件夹	66
随叫随到——闪电搜索文件夹	66
节省磁盘空间——压缩文件	68
有“福”同享——文件夹的共享	69
课堂案例 加密文件夹	71
解惑答疑 如何直接看到文件或文件夹创建的日期、大小等详细信息	73
改变文件和文件夹的排列方式	73
如何彻底删除不需要的文件	74
如何设置搜索条件	74
对压缩的文件进行只有指定人才能解压的设置	74

如何改变文件夹的图标	74
------------------	----

结业测试 知识点回顾测试：设置个性化的文件夹图标	74
---------------------------------------	----

知识点拓展测试：新建一个格式为 JNT 的日记本文档	75
----------------------------------	----

书画法宝 —— 输入法与 Tablet PC 输入面板

知识讲解 语言栏的设置	76
--------------------------	----

了解语言栏	76
-------------	----

还原语言栏	77
-------------	----

设置语言栏	78
-------------	----

安装输入法	79
-------------	----

输入法的设置	80
--------------	----

使用输入法	82
-------------	----

随时提醒——粘滞便笺	83
------------------	----

Tablet PC 输入面板	84
----------------------	----

字体的安装和删除	87
----------------	----

安装字体	87
------------	----

删除字体	88
------------	----

课堂案例 软键盘的使用	89
--------------------------	----

解惑答疑 如何显示隐藏的语言栏	90
------------------------------	----

如何设置自定义输入法为默认状态	90
-----------------------	----

查看新安装的字体的属性	90
-------------------	----

如何退出 Tablet pc 输入面板	90
---------------------------	----

如何在 Windows 日记本中删除错误的文字	90
-------------------------------	----

结业测试 知识点回顾测试：将工作计划便笺粘贴到文档中	91
---	----

知识点拓展测试：在写字板中书写文本	91
-------------------------	----

入职实践 图画大日记	92
-------------------------	----



第2篇 | 在Windows Vista中实现办公娱乐

教学模块

6

实用小工具——Windows Vista 中的附件

知识讲解	常用附件.....	96
	轻松处理文本——写字板.....	96
	画图.....	99
	截图工具.....	100
	录音机.....	102
	轻松访问工具.....	104
	Windows语音识别.....	104
	放大镜.....	106
课堂案例	屏幕键盘的使用.....	108
解惑答疑	在写字板中编辑文本的时候添加项目符号.....	109
	在写字板中快速插入日期和时间.....	109
	如何在画图工具中清除所有图形.....	110
	如何在截图时更改笔墨颜色.....	110
	如何放大屏幕键盘中键的字体.....	110
结业测试	知识点回顾测试：使手机与电脑同步工作.....	110
	知识点拓展测试：播放手机上的音乐文件.....	111

教学模块

7

Windows Vista 的多媒体中心

知识讲解	多功能的 Windows Media Player 11.....	112
	播放音乐或视频.....	112
	管理媒体库.....	114
	创建和编辑播放列表.....	116
	更改播放器的外观.....	118
	使用 Windows Media Center 观看节目.....	120
	安装 Windows Media Center.....	120
	观看节目.....	123

	我来做监制——Windows DVD maker	125
	我的“好莱坞”——Windows Movie maker	127
课堂案例	图片工具——Windows 照片库	131
解惑答疑	在 Windows Media Player 11 中显示创建的播放列表	133
	如何给新添加的歌曲添加更多的信息	133
	在刻录 DVD 光盘时设置 DVD 的播放等选项	134
	在 DVD 视频中添加前景视频	134
	将一个小电影拆分为几个部分	134
结业测试	知识点回顾测试：在 Windows 照片库中播放幻灯片	134
	知识点拓展测试：新建日历	135

知识讲解	制作个性化的日历	136
	日历的基础操作	136
	创建日历	138
	电子联系簿——Windows 联系人	139
	新建联系人	139
	新建联系人组	140
	将图片添加到联系人	142
	坐在电脑前开会——Windows 会议室	144
	开始新会议	144
	邀请他人参加会议	145
	添加讲义	148
课堂案例	远程桌面连接	149
解惑答疑	删除新建的日历	151
	如何查看其他人电脑上或者其他网站上的日历	151
	在“联系人”窗口中创建联系人时附注信息	151
	解决联系人姓名难拼写的问题	151
	直接从一个会议切换另外一个会议	151
结业测试	知识点回顾测试：在 Windows 日历中新建约会	151
	知识点拓展测试：添加打印机	152



完善软件——程序的安装与卸载

知识讲解	驱动程序的安装.....	153
	常用软件的安装.....	156
	拥有更多的 Windows 功能——安装 Windows 组件	158
	启动程序.....	160
	退出或关闭应用程序.....	160
	卸载不再使用的软件.....	161
课堂案例	卸载 Windows 组件	163
解惑答疑	如何从光驱中安装程序	164
	在卸载程序时看到的更改程序是什么意思	165
	如何更新驱动程序	165
	如何将设备的驱动程序软件还原到以前的版本	165
	什么是签名的驱动程序	165
结业测试	知识点回顾测试：卸载顽固程序.....	165
	知识点拓展测试：禁止其他用户登录电脑	166

超级管家婆——用户账户管理

知识讲解	“一机”多用户——添加用户账户	167
	个性化设置新账户	169
	创建或删除密码	169
	设置用户账户的属性	170
	删除用户账户	172
课堂案例	家长控制.....	174
解惑答疑	在创建用户账户时什么样的密码才安全.....	177
	查看电脑里有关本地用户和组的详细信息	177
	查看电脑里配置文件的类型、大小等详细信息	177
	登录电脑是不是一定要输入密码.....	177
	改变计算机的环境变量	177
	设置每次登录电脑或者网站时只输入用户名.....	178

结业测试	知识点回顾测试：禁止计算机中的启动项	178
	知识点拓展测试：清理磁盘中的垃圾文件	178
入职实践	制作并播放小电影	179

第3篇 | 优化系统和畅游网络世界

教学模块

11

Windows Vista 系统维护与优化

知识讲解	轻松管理与维护磁盘	186
	磁盘磁片整理	186
	Windows 磁盘清理	188
	使用超级兔子优化系统	189
	优化 Vista 系统	190
	系统备份	194
课堂案例	Ghost 备份还原工具	196
解惑答疑	什么是磁盘检查	201
	使用超级兔子优化系统	202
	如何简单地为系统创建还原点从而还原系统	202
	在什么情况下可以恢复 Ghost 备份	202
结业测试	知识点回顾测试：为系统创建还原点	202
	知识点拓展测试：设置工作组	203

教学模块

12

快速连接网络

知识讲解	认识 Internet	204
	接入网络的硬件设备	205
	网线	205
	网卡	205
	调制解调器 (Modem)	206



路由器	206
组建局域网	207
网络和共享中心	207
设置 IP 地址	207
查看工作组计算机	209
设置网络发现	211
ADSL 宽带连接上网	212
课堂案例 设置自动拨号上网	214
解惑答疑 常见的网线接口有哪些	216
Fax/Modem 是一种什么样的调制解调器	216
虚拟局域网的优点	216
实现虚拟局域网有哪些途径	216
在连接网络时怎么诊断和修复网络问题	216
结业测试 知识点回顾测试：查看网络信息连接	217
知识点拓展测试：使用 IE 浏览器浏览网页	217

知识讲解 IE 7 的简介与使用方法	218
完全新体验——IE 7 全新界面	218
自由自在地浏览网页	219
保存网页、资料	220
保存网页	220
保存图片	221
方便上网——设置主页	222
添加并整理收藏夹	222
上网更放心——阻止仿冒网站	223
无所不知——搜索引擎网站的使用	225
百度	225
Google	226
基于非 IE 核心的 Fire Fox	227
课堂案例 使用 WEB 迅雷下载电影	228
解惑答疑 如何进行脱机浏览操作	230
如何改变网页中文字的大小	230

查看所有浏览过的网页记录	230
使用 IE 7 打开网页时不让信息栏显示	230
使用空白页作为主页	230
结业测试 知识点回顾测试：全屏显示网页	231
知识点拓展测试：申请电子邮箱	231

14

网上传书——电子邮件

知识讲解 “伊妹儿”——电子邮箱	232
申请免费电子邮箱	232
接收电子邮件	234
发送电子邮件	235
整理、设置电子邮箱	236
使用 Windows Mail 收发电子邮件	237
创建账户	237
使用 Windows Mail 发送电子邮件	240
课堂案例 在电子邮箱中新建联系组	242
解惑答疑 为什么显示输入验证码错误的信息	243
如何才能看到所发送的邮件	243
把照片、卡片发送给其他人	243
如何发送电子贺卡	243
在 Windows Mail 中怎么标记邮件	243
结业测试 知识点回顾测试：标记重点邮件	244
知识点拓展测试：扫描电脑中的间谍软件	244

15

电脑安全的“三防”

知识讲解 防间谍软件——Windows Defender	245
防黑客——Windows 防火墙	247
防病毒——杀毒软件的使用	249
Internet 安全设置	253
课堂案例 专杀工具	254



解惑答疑	查看以前所有扫描出的间谍软件.....	256
	软件资源管理器.....	256
	对 Internet 访问网站时进行更多的设置	256
	使用金山毒霸查杀病毒时对监控和防御进行设置	257
	使用防火墙对网络连接进行保护.....	257
结业测试	知识点回顾测试：允许程序通过防火墙.....	257

第1篇 | 掌控Windows Vista

学完本周课程您将可以：

- ◎ 安装Windows Vista系统
- ◎ 学会如何保证文件夹的安全
- ◎ 体验Windows Vista的新增功能
- ◎ 设置语言栏
- ◎ 轻松设置“开始”菜单
- ◎ 使用时尚的输入法输入文字
- ◎ 设置个性化的Windows 系统
- ◎ 使用输入面板与粘滞便笺
- ◎ 轻松创建并管理文件夹
- ◎ 安装与删除字体

1 全新的Vista操作界面



2 认识文件夹



5 语言栏的设置



本篇课程
视频链接

3 设置桌面背景



4 时尚的“开始”菜单

