

老年朋友 学电脑

● 李琳 主编

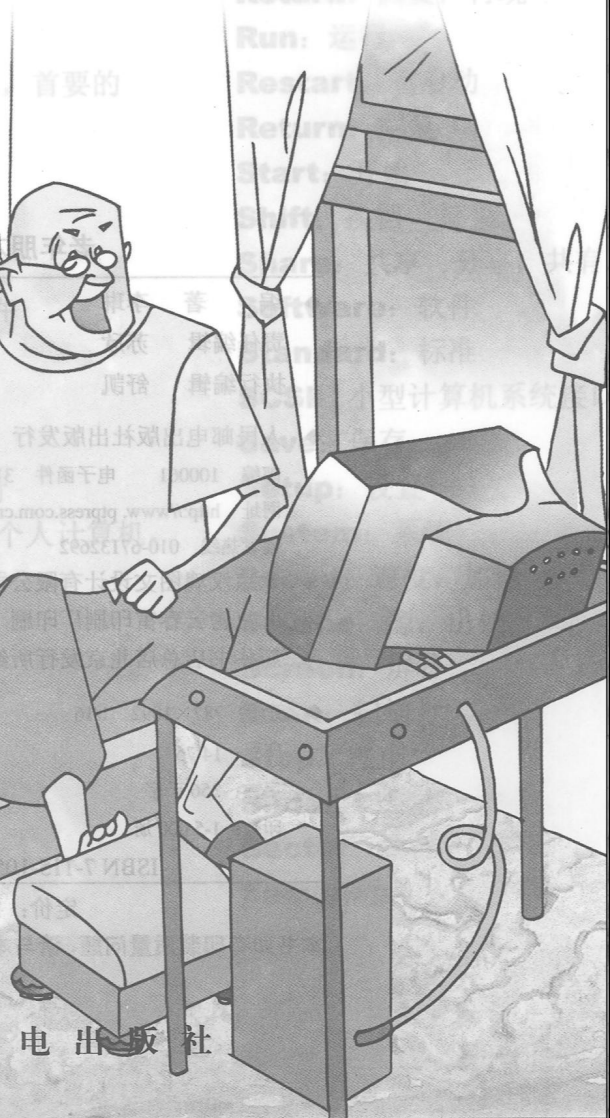
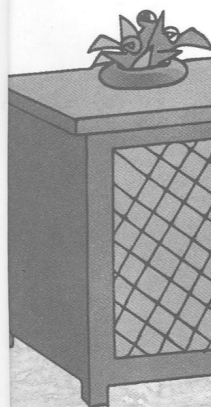
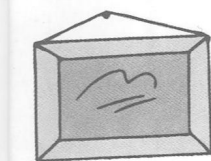


人民邮电出版社
POSTS & TELECOMMUNICATIONS PRESS



老年朋友学电脑

李琳 主编



人民邮电出版社

图书在版编目(CIP)数据

老年朋友学电脑 / 《老年朋友学电脑》李琳主编. —北京: 人民邮电出版社, 2002.10
ISBN 7-115-10573-1

I. 老... II. 老... III. 电子计算机—基本知识 IV. TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 063305 号

内 容 提 要

本书通过两个老人“老张”和“老乐”学习电脑的故事, 向广大老年朋友讲解了电脑的基本使用方法, 用贴近生活的语言, 带领您轻松进入电脑的世界。

为巩固您所学的知识、解答您的疑问, 书中还插入了习题、小提示等多个栏目, 同时书中文字采用较大字体, 让您阅读起来更轻松, 通过对本书的学习, 希望您的老年生活充满色彩!

本书语言生动, 叙述具体, 是一本不可多得的电脑入门教程, 非常适合老年人阅读, 也可作为老年大学的电脑教材。

老年朋友学电脑

◆ 编 著 李琳

责任编辑 苏欣

执行编辑 舒凯

◆ 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>

读者热线 010-67132692

北京汉魂图文设计有限公司制作

北京密云春雷印刷厂印刷

新华书店总店北京发行所经销

◆ 开本: 787×1092 1/16

印张: 14.75

字数: 356 千字

2002 年 10 月第 1 版

印数: 1-5 000 册

2002 年 10 月北京第 1 次印刷

ISBN 7-115-10573-1/TP · 3047

定价: 19.80 元

本书如有印装质量问题, 请与本社联系 电话: (010) 67129223



本书编写组

● 主 编：李 琳

● 副 主 编：徐 媛 郭成强

● 编写人员：路世勇 康恒茂 梁 爽 王 可

● 特约审校：信息产业部（邮电）离退休老干部局：

吴亚军 刘 远 张晨光 刘馨芝

张铁臣 于德芬 刘青霞 刘春莉

叶文钦 程 文 李庚林 何德高



前言

致老年朋友

电脑不是青年人的专利。电脑进入家庭、改变生活，已经是个不争的事实。老年朋友们学习电脑知识，在电脑上一展身手，体验高科技带给人们的乐趣，这是一件很值得做的事情。通过阅读本书，将使您不仅能一步一步地掌握电脑技术，对人生、对社会也有了更进一步的认识和追求，您会发现地球变小了，人们的距离更近了；知识、乐趣增多了，无聊的时间变少了；越是现代化高科技的产品，使用起来越是简易方便，因而您的生活因为电脑而充实，您的人生因为网络而精彩，这是我们编者最大的幸福，也是我们编写本书的最终目的。

本书共分十章，以对话的形式引出一个个要讲的电脑知识，这是一次尝试，希望能得到广大老年朋友和电脑初学者的认可。第一、二、三章主要讲的是电脑的基本结构和电脑操作系统 Windows98；第四章讲的是字处理软件 Word 的应用；第五章讲的是电子表格软件 Excel 的应用；第六章讲的是幻灯片制作软件 PowerPoint 的应用；第七、八、九章主要讲的是有关网络的基础知识和应用；第十章主要是介绍一些常用、必备软件的使用方法和有关防毒、杀毒、网上安全等常识。附录中提供了常用计算机英语名词及中文简释，以方便老年朋友查阅。

当然，通过这样一本科普小册子就想把电脑“说透”也是不可能的，只要老年朋友们大胆地学、大胆地用，注意防止病毒和不随便删除系统文件，电脑是用不坏的。

为了使本书更能贴近老年朋友的需求，在本书出版之前，我们特别邀请信息产业部（邮电）离退休老干部局的同志们审阅了书稿，他们诚恳地提出了宝贵的意见，我们对书稿做了进一步修改和补充。在此，我们对信息产业部（邮电）离退休老干部局的同志们表示诚挚的谢意。

最后，衷心地祝愿广大老年朋友在尽情畅游电脑世界的同时也享受生活的乐趣。

目录

第1章 走进电脑新世界 1

第1节 电脑其实不神秘 2

第2节 电脑模样细端详 2

1. 显示器 3

2. 键盘 3

3. 鼠标 4

4. 主机 5

5. 软盘驱动器及软盘 5

6. 光盘驱动器及光盘 6

第3节 “触摸”电脑新体验 7

1. 寻找开关 7

2. 启动电脑 7

3. 学用鼠标 8

4. 关闭电脑 9

5. 操作键盘 10

6. 输入方法 12

第2章 打开“窗口”话电脑 15

第1节 电脑软件探究竟 16

1. 系统软件 16

2. 应用软件 16

第2节 一切从桌面开始 17

1. 开启窗口 18

2. 改变窗口 18

3. 设置任务栏 19

第3节 视窗资源“管理员” 22

1. 找寻“管理员” 22

2. 认识“管理员” 23

3. 携手“管”资源 24

第4节 创建个性桌面 34



1. 更改桌面背景.....	34
2. 设置屏幕保护.....	35
3. 调整窗口外观.....	35
4. 使用桌面主题.....	35
第5节 轻松制作启动盘.....	37
第6节 磁盘“医生”手段高.....	38
第7节 重新启动巧“减负”.....	40
1. 热启动.....	40
2. “复位”键启动.....	40
第3章 畅游“附件”乐趣多	43
第1节 信步踱进“游戏”厅.....	44
1. 纸牌游戏.....	44
2. 空当接龙.....	46
3. 红心大战.....	48
4. “挖”地雷.....	50
第2节 流连忘返“画图”室.....	52
1. 启动“画图”程序.....	52
2. 认识“画图”窗口.....	53
3. 巧用“鼠”绘图.....	54
4. 为图穿“盛装”.....	56
5. 图画再“加工”.....	56
第3节 徜徉漫步“娱乐”宫.....	58
1. 启动录音机程序.....	58
2. 电脑变成“录放机”.....	59
3. 声音也能再“加工”.....	60
第4章 精彩纷呈 Word 世界	63
第1节 走近 Word 字处理软件.....	64
1. 启动 Word 字处理软件.....	64
2. 认识 Word 编辑窗口.....	65
3. 学习设置工具栏.....	66
第2节 灵活多样的输入法.....	67

1. 语音输入法.....	67
2. 手写输入法.....	67
3. 鼠标输入法.....	67
第3节 千变万化的文字.....	69
1. 选定设置内容.....	69
2. 改变字体、字号和对齐方式.....	70
3. 给文字加“提示”.....	71
4. 给文字加“特效”.....	72
5. 动手制做艺术字.....	73
第4节 轻轻松松绘表格.....	75
1. 绘制表格.....	76
2. 修改表格.....	78
第5节 有“声”有“色”做文档.....	79
1. 插入图片.....	79
2. 插入背景.....	81
3. 插入声音.....	82
第6节 《夕阳漫笔》大放送.....	83
1. 新建空文档.....	84
2. 插入图片.....	84
3. 插入艺术字.....	85
4. 插入文本框.....	86
第5章 电子表格“理财经”.....	89
第1节 Excel 初体验.....	90
1. 启动 Excel 软件.....	90
2. 认识 Excel 窗口.....	91
3. 认识 Excel 文档.....	92
第2节 制作《家庭收支表》.....	94
1. 输入表格内容.....	94
2. 设置单元格格式.....	97
第3节 自动计算家庭收支.....	100
1. 计算每月总支出.....	100
2. 计算每项全年总和.....	104



3. 排序管理.....	105
第6章 “幻灯”大餐味道妙	107
第1节 揭开 PowerPoint 面纱	108
1. 启动 PowerPoint	108
2. 介绍 PowerPoint 窗口界面	110
第2节 随 PowerPoint 起航	111
1. 轻松添加内容	111
2. 巧用现成模板	114
3. 幻灯片的保存	115
第3节 设置幻灯片背景	117
1. 颜色做背景	117
2. 图片做背景	119
第4节 插入美丽的画片	120
1. 插入“剪贴画”图片	120
2. 插入任意图片	121
第5节 巧用 Word “对象”	122
1. 使用水平文本框	122
2. 插入艺术字	123
3. 插入表格	124
第6节 动画播放设置	125
第7节 幻灯片的链接	126
1. 设置动作按钮	126
2. 设置文本项链接	127
第8节 让音乐和视频融入片中	128
第9节 放映幻灯片	130
第7章 因特网中逍遥游	133
第1节 因特网上真奇妙	134
1. 网上浏览, 胜似闲庭信步	134
2. 网上商城, 购物理想之地	134
3. 网上聊天, 排遣心中寂寞	134
4. 电子邮件, 万里传书一瞬间	134



第2节 一步“踏入”因特网	135
1. 捉只快“猫”来上网	135
2. 网络设置不用愁	136
3. 拨号上网一点通	145
第3节 寻个“代理”助您“游”	147
1. 启动 IE 浏览器	147
2. 浏览多彩网站	149
3. 收藏精彩网页	151
4. 保存网页内容	152
第8章 网上鸿雁来传书	155
第1节 使用“伊妹儿”信箱	156
1. 配置邮箱账号	156
2. 收发电子邮件	160
3. 邮件中的附件	162
第2节 管理“伊妹儿”信箱	165
1. 建立新邮件夹	165
2. 分拣邮件	166
3. 删除邮件	166
4. 排序邮件	167
5. 查找邮件	167
6. 使用通讯簿	168
第9章 网络生活多视点	169
第1节 网上阅读真方便	170
1. 网上看新闻	170
2. 网上读报纸	172
3. 网上看杂志	172
4. 网上逛书店	174
第2节 学海无涯网作舟	174
1. 浏览英文翻译网站	174
2. 学习在线	175
3. 艺术在线	175

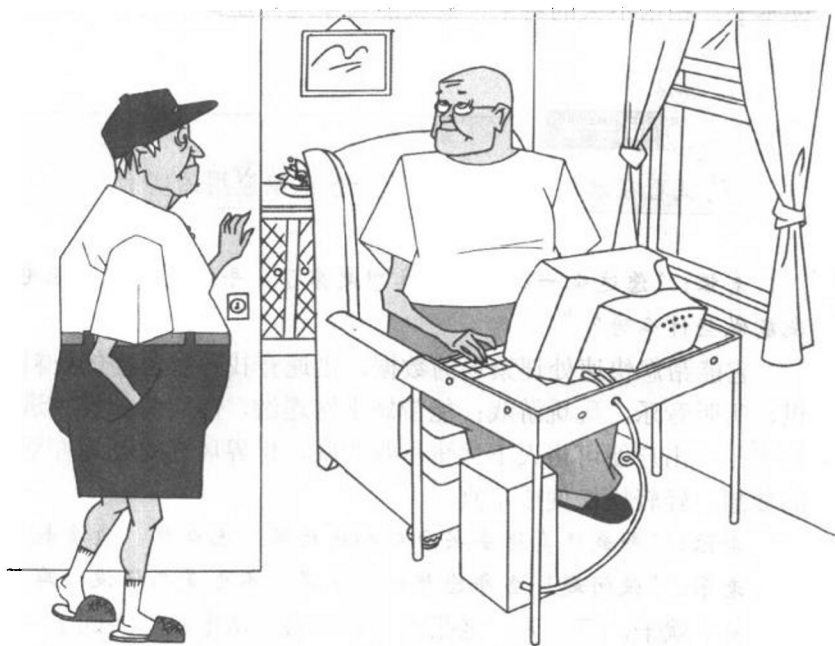


第3节	仙乐飘飘网上来.....	176
1.	音乐类网站.....	176
2.	影视综合类网站.....	176
第4节	网上棋牌会高手.....	176
第5节	网上聊天交朋友.....	177
第6节	足不出户能购物.....	177
1.	汇款转账“一网通”.....	177
2.	轻松购物“网网通”.....	178
第7节	世界风光任您游.....	179
第8节	博物馆里走一遭.....	179
第9节	收藏信息网上寻.....	180
第10章	更上一层楼.....	181
第1节	语言不再是难关.....	182
1.	金山词霸 2000.....	182
2.	Word 中的小词典.....	188
3.	中文简繁体转换.....	189
第2节	压缩软件“变魔术”.....	190
1.	安装压缩软件 Winzip.....	190
2.	使用压缩软件 Winzip.....	192
第3节	下载软件不用愁.....	195
第4节	组建家庭“小影院”.....	200
1.	CD 音乐“播放机”.....	200
2.	Mp3 音乐“播放机”.....	201
3.	VCD 影片“放映机”.....	206
第5节	抵御病毒保安全.....	209
1.	天下病毒知多少.....	209
2.	防毒之重在预防.....	210
3.	杀毒千万别留情.....	210
4.	网上安全莫轻视.....	210
附录	计算机英语名词简释.....	213

学习目标

- 电脑的用途
- 电脑的组成
- 电脑的开关机
- 电脑键盘操作
- 中西文输入法

老张刚刚退休，在家闲着无聊，便来到棋友老乐家坐坐，发现老乐正坐在电脑前聚精会神地忙着什么……



老乐：“老张，怎么有空儿到我这来呀？”

老张：“闲在家，闷得慌呗。真羡慕您呀，总是闲不着！”

老乐：“没事儿干？那就玩玩电脑、上上网。”

老张：“电脑？那可是高科技，我可玩不了。况且都这把年纪了，唉，错过了学电脑的好时候喽！”

老乐：“您这么想就不对喽，其实家用电脑就像普通家电一样，学起来并不难，而且多大年龄都能学。就拿我来说吧，退休后开始接触电脑，这不，才半年多，打字、上网、玩游戏……就都没什么大问题了。”

老张：“是吗，那我该从哪儿学起呢？”

第1节 电脑其实不神秘

一提起电脑，不少人总是很自然地把它跟高科技联系在一起，立刻联想到复杂的电脑程序设计开发、导弹控制、卫星发射等等，觉得电脑高深莫测、神秘兮兮。其实，这些都只是电脑应用的一个方面而已。电脑其实离我们并不遥远，比如说，大宾馆和交易所里的触摸屏，就是一台用来查找信息的电脑；银行里的 ATM 自动取款机，就是一台用来取款的电脑……我们之所以没把它们和电脑联系起来，就是因为它们的外形与我们常见的个人电脑不一样。中老年朋友有着较高的文化素养和理解能力，只要花点时间阅读本书，相信不久的将来，您就能自豪地向朋友们宣布：“我也会用电脑了！”



试一试

请试着在您的生活中再找出一些电脑应用的实例。

老张：“您这么一说，我还真想起来了，平时我确实常跟电脑打交道。可是，电脑到底能做什么呀？”

它能帮您快速处理繁琐的数据，迅速查找各种急需的资料；能在您休息时伴您下下棋，听听音乐，玩玩游戏；能带您上网遨游，网络将把您带进一个更广阔的“地球村”，让您足不出户便可将天下大事尽收眼底，世界风光更是近在咫尺，胸怀祖国、放眼世界的梦想，轻轻松松便成了真。

老张：“那我还真得去买台电脑玩玩呢！怎么样，负责教教我？”

老乐：“没问题！当年您教我下象棋，不也是二话没说嘛。”

说干就干，第二天，老张由老乐陪着，从电脑城买回了一台电脑。

老乐：“电脑搬回来了，咱们现在就认识认识电脑的各部分吧。”

第2节 电脑模样细端详

常见的电脑有台式电脑和便携电脑两种，如无特殊说明，本书所说的电脑均指台式电脑。图 1-1 所示就是一张台式电脑的“全家福”照片。



图 1-1 台式电脑“全家福”

1. 显示器

显示器是最重要的输出设备，根据显像原理来分，可分为 CRT 显示器（也就是我们最常见的显示器）和液晶显示器。图 1-2 所示是一台 CRT 显示器，它的体积和电视差不多，图 1-3 所示是液晶显示器。



图 1-2 CRT 显示器



图 1-3 液晶显示器

分辨率通常用填充整个屏幕的像素的多少，来表示说得通俗点儿，就是屏幕显示的精细程度。这是显示器的一个重要指标。一般来说，分辨率越高，显示得就越精细。它通常这样表示：分辨率=水平点数×垂直点数，如分辨率 800×600 像素、分辨率 1024×768 像素。

2. 键盘

图 1-4 所示就是最常见的 101 键键盘。



图 1-4 101 键盘

键盘是电脑的输入设备，有许多种规格：83 键键盘、101 键键盘、102 键键盘和 104 键键盘等。其中，83 键键盘仅适用于老式的 PC XT/AT 机，早已被淘汰。现在应用较为广泛的是 101 键键盘和 104 键键盘。其中，104 键键盘是专为 Windows 平台设计的，它在 101 键的基础上特别增加了 Windows 键和鼠标右击键。各键的具体应用，本章后面将会讲到。

值得一提的是，许多刚接触电脑的中老年朋友不敢伸手按键盘，这也难怪，万一弄出点儿问题来，多尴尬！其实，键盘操作一般是不会弄坏电脑的，您尽可以放心地按键。当然，键这么多，您也别指望三两天就能全部掌握，更别看到别人运指如飞就自惭形秽，要知道，刚学电脑时，就算用手指一个键一个键地戳也无所谓，人人都是这样学起的呀。

3. 鼠标

拖着一条长长的“尾巴”，蜷伏在您掌中的那个小东西就是鼠标。可别小看它，它是电脑最重要的输入设备之一，控制电脑，主要就得靠它。

鼠标的种类有多种，按构造分，有机械式、光电式和光电机械式 3 种；按按键的多少分，有一键式鼠标、两键式鼠标和三键式鼠标。我们常见的鼠标是两键式机械鼠标，鼠标底面有一颗可以滚动的球，必须贴在桌面上用。上面有左右两个键，按照正常人惯用右手的习惯，左键一般用于定位、选择，右键一般用于弹出快捷菜单。现在有些鼠标的二键之间还增加了一个滚动轮，如图 1-5 所示，用于上下、左右移动窗口中的滚动条。



图 1-5 鼠标

4. 主机

主机是电脑的“中枢”部分，主机箱则是它的“外衣”。主机包括中央处理器、内部存储器和输入输出接口 3 部分。中央处理器就是我们常说的 CPU，是电脑的“心脏”，控制着电脑的一切活动，它可以发出、识别和执行各种命令，还可以处理数据间的算术运算、逻辑运算等；内部存储器就是我们常说的内存，用于存放电脑运行时的数据；输入输出接口是电脑与外部联系的“桥梁”，用来连接各种外部设备。当然，您不必深究它们的工作原理，就像我们使用冰箱，却从没想过要拆开它研究一番一样，这是学习电脑的一条重要原则。主机如图 1-6 所示。

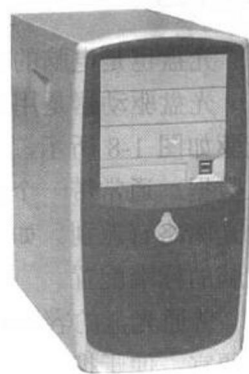


图 1-6 主机

5. 软盘驱动器及软盘

软盘是电脑的外部存储器。一般机箱上张着的“大嘴巴”是软盘驱动器，简称软驱。软驱上有一个小指示灯，用来指示软驱的状态，还有个按钮，用于弹出软盘。

软盘按外形大小来分，有 5.25 英寸和 3.5 英寸两种，按存储容量来分，有 360KB、720KB、1.2MB 和 1.44MB 等几种。我们常用的是 3.5 英寸软盘，如图 1-7。容量是 1.44MB，约可存储 72 万个汉字。将其插入软驱，即可使用。软盘体积小，易于携带，可以很方便地保存数据，但它容量较小，读写速度慢，而且容易损坏。

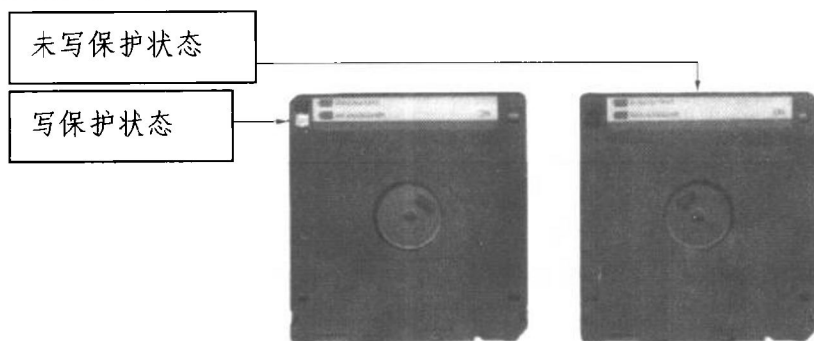


图 1-7 写保护状态与未写保护状态对比

3.5 英寸软盘左下角有一个可以活动的小滑块，称为“写保护开关”。刚买的新软盘，方形小孔被滑块挡住，这时可以把数据保存到软盘上，并可对写入的数

据进行修改或删除。如果扳动滑块，露出小方孔，软盘就被写保护了，新数据无法再被写到软盘上，同时，软盘上已有的数据也不能被修改或删除了。您可不要小瞧这一小小的功能，有时这一招可派得上大用场呢。比如，把存有重要文件的软盘设成写保护状态，文件就不会被误删或被病毒破坏了。

6. 光盘驱动器及光盘

光盘也是电脑的外部存储器。

光盘驱动器是用来读取光盘上信息的，简称光驱，安放在主机的前面板上。常见的光驱如图 1-8 所示，这是个普通光驱——CD-ROM，只能从光盘中读取数据，而不能写入数据。通常带一个指示灯，3 个按钮，一个耳机插孔和一个音量调节旋钮，不同品牌的光驱略有差别。如果想用电脑听音乐或放影碟，光驱可是必不可少，它已成了多媒体电脑的标准配置。

普通光盘的容量约为 650MB，大约相当于 400 张软盘。光盘体积小，存储量大，价格便宜，便于携带，而且数据保存时间长，不怕病毒破坏。



图 1-8 光盘驱动器实物图

往光驱里放光盘时，按“开/关”按钮，等光驱托盘弹出后，将光盘光洁无字的一面朝下放入，再按“开/关”按钮将托盘送入即可。



提示

打开和关闭光驱请用“开/关”按钮，尽量不要用手推拉光驱托盘。如果不知道该按哪个按钮，就挨个按试试，一般来说，最右边那个按钮就是送进光驱托盘也用这个按钮。



小知识

电脑的用途很广泛，优点很多，但也很娇气，使用不当，会给它带来危害，下面两点在使用电脑时一定要注意：

- ① 不能将饮料和食品放在电脑旁。
- ② 爱护电脑及其外部设备，不要频繁、随意搬动。

老张：“电脑这玩意儿我算‘认识’啦，接下来咱们该干什么啦？”

老乐：“您别着急，接下来我们来学点儿简单的电脑操作。”