

少而好学，如日出之阳；
壮而好学，如日中之光；
老而好学，如炳烛之明。

——师旷



老年学电脑 入门

◆ 青晓琴 肖庆 编著



交互式多媒体教学光盘

 人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

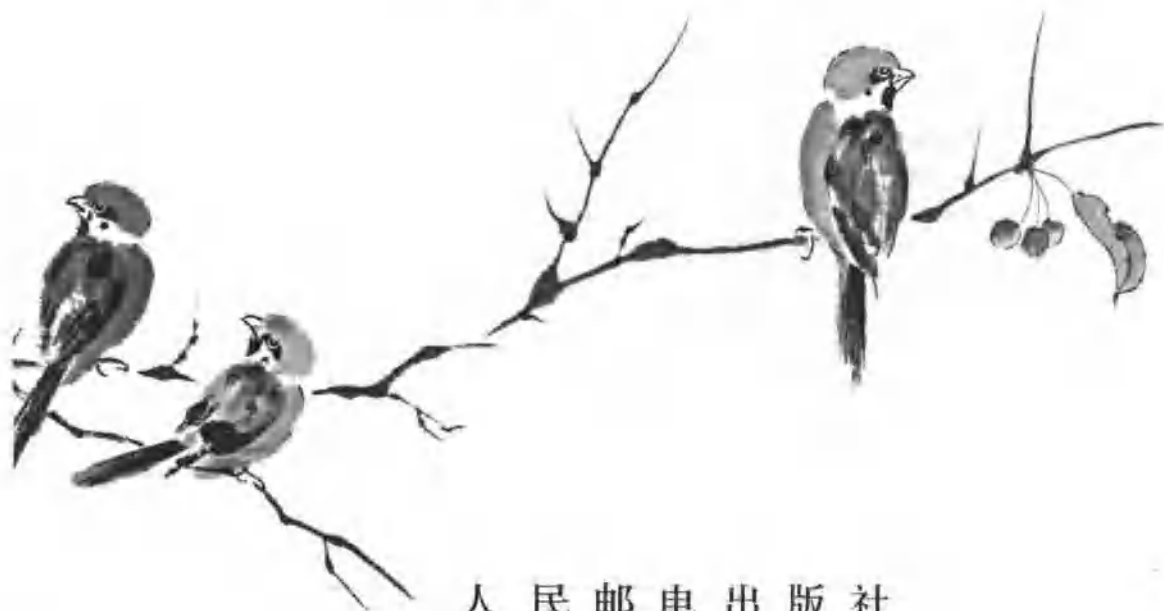
少而好学，如日出之阳；
壮而好学，如日中之光；
老而好学，如炳烛之明。

——
师旷



老年学电脑 入门

◆ 青晓琴 肖庆 编著



人民邮电出版社

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

老年学电脑入门 / 青晓琴, 肖庆编著. —北京: 人民邮电出版社, 2007.8
ISBN 978-7-115-16368-4

I. 老... II. ①青...②肖... III. 电子计算机—基本知识 IV. TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 085503 号

内 容 提 要

本书结合中、老年人学习特点, 以浅显易懂的语言介绍了使用电脑的基本方法。书中主要内容包括电脑基础知识和鼠标、键盘的基本操作, Windows XP 操作系统的基础知识和基本操作、汉字输入方法、利用电脑进行娱乐、写文章和书信、管理家庭用品、计算家庭经济开支、建立电话簿等, 以及通过网络浏览新闻、搜索资源、聊天、写邮件、听音乐、看电影电视、玩游戏等的操作方法。

本书结构清晰、内容翔实、语言浅显易懂、注重实用性, 在内容安排上紧密结合了中老年人的生活和兴趣。每一章节都提供了一个轻松、有趣的学习环境, 希望能激发中老年朋友学习电脑的热情, 并逐渐体会电脑给生活带来的方便和乐趣。

本书为刚刚开始接触电脑的中老年朋友、离退休人员而编写, 适用于对电脑了解很少, 已退休在家或离开工作岗位且有时间和精力学习的中、老年朋友, 也可作为老年大学的辅助教材。

老年学电脑入门

- ◆ 编 著 青晓琴 肖 庆
责任编辑 苗 颖
- ◆ 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>
北京鸿佳印刷厂印制
新华书店总店北京发行所经销
- ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 15
字数: 362 千字 2007 年 8 月第 1 版
印数: 1-6 000 册 2007 年 8 月北京第 1 次印刷

ISBN 978-7-115-16368-4/TP

定价: 25.00 元 (附光盘)

读者服务热线: (010) 67132692 印装质量热线: (010) 67129223



前

言

Preface

电脑，在现代人生活中扮演着越来越重要的角色。在适当的时候，它可以是良师益友，可以是管家帮手，可以充当倾诉对象，还可以是陪伴您的多才多艺的玩伴；而基于电脑的网络，更是渗透到生活中的方方面面。生活在这个时代的您，有没有感受到电脑带来的无限乐趣呢？如果没有，那么请您整装待发，开始学习电脑吧！

由于现代社会已经“走”进电脑，“搬”上网络了。因此，不论是年轻人、中年人还是老年人，都应该积极地学习电脑知识，体验网络应用，才能更好地适应社会，充实生活。学习电脑的队伍逐渐壮大，其中不乏一些老当益壮的中老年朋友，他们兴趣广泛、思维活跃、精神状态良好，同样走在时代的前列。

什么样的老年生活才算过得既充实而又有意义？我们认为，不仅仅是带带孩子、溜溜狗、养养花、喂喂鸟这样简单，而是在老有所养、老有所乐的基础上，要老有所学、老有所为，能用电脑写报告、打印材料、管理家庭收支、收发邮件等，真正体会信息现代化的便利，并享受生活的愉悦。因此，如果您拥有电脑却还不懂电脑，或者您人到中年，业余时间非常充裕；又或者您已经退休在家安度晚年……那么您可以读一读本书，它能带您搭上学习电脑的快车。只要花上一点心思，您便可以学会使用电脑，并与其他朋友一起讨论心得体会了。

本书从零开始，以浅显易懂的方式讲解电脑知识，以详尽的操作教授使用方法，并且立足于中老年朋友的生活所需，不求全面，但求精致实用。所以，我们坚持使用通俗简练的语言和贴近生活的实例内容，使中老年朋友在学习过程中感觉更亲切、直观，在轻松的氛围中学电脑、懂电脑。

由于本书的宗旨是让中老年朋友对电脑产生兴趣，并逐步地认识电脑，使用电脑来丰富自己的晚年生活。因此，我们根据中老年人学习电脑的特点，将全书内容分为老有所问、老有所学、老有所乐 3 个部分进行详细讲解，每部分的讲解内容循序渐进，各有侧重点。具体包括以下内容。

**第1部分 老有所问（第1章～第7章）**

第1章～第5章	讲解电脑有哪些作用、如何从外观上认识电脑、如何使用 Windows 操作系统、如何使用键盘和鼠标、如何在电脑中输入汉字
第6章～第7章	讲解如何管理电脑中的文件和文件夹、如何利用电脑进行听音乐、看影碟、玩游戏等娱乐活动

第2部分 老有所学（第8章～第13章）

第8章	通过本章的学习，您可以掌握在电脑中浏览和简单处理照片的方法
第9章～第10章	通过两章的学习，您可以掌握用文字处理软件 Word 写文章、写信的方法
第11章～第13章	通过三章的学习，您可以掌握用表格处理软件 Excel 管理家庭物品、制作电话簿、计算家庭日常收支的方法

第3部分 老有所乐（第14章～第17章）

第14章	通过本章的学习，您可以了解网络的基本知识，并掌握在网上浏览新闻、搜索和保存想要的信息的方法，体验网络的便利
第15章～第16章	通过两章的学习，您可以掌握利用网络聊天、收发电子邮件、听音乐、看电影、玩游戏、买东西、旅游等方法，感受网络给生活带来的乐趣
第17章	通过本章的学习，您可以掌握保护计算机的常识和防治病毒的基本方法

本书由导向科技组织编著，参加编写、排版、校对工作的人员有青晓琴、肖庆、李秋菊、晏国英、耿跃鹰、余洋、刘文杰、邓琴、李春艳、赵莉、马鑫、黄晓宇、李洁羽、张凤群、汪翔、陈阳、熊春、曾理、谢东、杨静、孔强、王颖、张石生、龙媛、高志清、侯晴、李梅、蔡颢、陈容、刘畅、于海波等，全书由西华大学李香敏主编并审校。由于编者经验有限，加之时间仓促，书中难免会有疏漏和不足之处，恳请专家和读者不吝赐教。

如果您在使用本书的过程中有其他问题或意见、建议，可以到我们的网站 <http://www.dx-kj.com> 的【疑难解答】中提出问题，或通过 E-mail: dxkj@dx-kj.com 向我们提出，我们会在两个工作日内予以答复，为您提供超值延伸服务。



导向科技
2007年4月



Contents

第1部分 老有所问

第1章 什么是电脑.....1	
1.1 电脑能改变您的生活.....2	
1.1.1 听——修身养性听音乐.....2	
1.1.2 说——与远方的儿女说家常.....2	
1.1.3 写——给亲朋好友写信.....2	
1.1.4 玩——畅游网络玩得精彩.....2	
1.2 认识电脑的外观.....3	
1.2.1 主机.....3	
1.2.2 显示器.....3	
1.2.3 鼠标.....4	
1.2.4 键盘.....5	
1.2.5 音箱.....5	
1.3 熟悉电脑的开关方法.....6	
1.3.1 启动电脑.....6	
1.3.2 关闭电脑.....6	
1.4 掌握电脑的使用方法.....7	
1.4.1 使用电脑,掌握基本.....7	
1.4.2 大胆使用,熟能生巧.....8	
1.4.3 电脑死机的解决方法.....8	
1.5 使用电脑的注意事项.....9	
1.5.1 按照正常顺序关机.....9	
1.5.2 养成随时保存文件的习惯.....9	
1.5.3 不要经常冷启动.....10	
第2章 如何使用电脑.....11	
2.1 用鼠标操作电脑.....12	
2.1.1 认识鼠标指针.....12	

2.1.2 如何握持鼠标.....13	
2.1.3 鼠标的按键操作.....13	
2.2 用键盘操作电脑.....15	
2.2.1 认识键盘上的键.....15	
2.2.2 如何使用键盘.....17	
2.3 鼠标与键盘的配合使用.....19	

第3章 什么是 Windows XP 操作系统.....21	
3.1 Windows XP 操作系统的作用.....22	
3.2 什么是“桌面”.....22	
3.2.1 桌面的外观.....22	
3.2.2 桌面的操作.....23	
3.3 什么是“窗口”.....25	
3.3.1 窗口的外观.....25	
3.3.2 窗口的操作.....26	
3.4 什么是“对话框”.....28	
3.4.1 对话框的组成.....28	
3.4.2 对话框的使用.....29	
3.5 寻求 Windows 的帮助.....32	

第4章 如何使用 Windows XP 操作系统.....35	
4.1 认识和使用“菜单”.....36	
4.1.1 菜单的分类.....36	
4.1.2 菜单的使用.....37	
4.2 认识和使用“图标”.....38	
4.2.1 图标的分类.....38	
4.2.2 图标的使用.....38	
4.3 认识和使用“任务栏”.....40	
4.3.1 认识任务栏.....41	
4.3.2 任务栏不见了怎么办.....41	



4.3.3 电脑没有声音了怎么办	42	6.4.7 移动文件或文件夹	71
4.3.4 电脑的系统时间出错了 怎么办	43	6.4.8 查找文件或文件夹	72
4.4 怎样设置和保护屏幕	43	第7章 如何使用电脑进行娱乐	75
4.4.1 设置屏幕背景	44	7.1 用录音机录音	76
4.4.2 设置屏幕保护程序	45	7.2 用媒体播放器播放音乐	77
4.5 怎样启动和退出程序	47	7.2.1 什么是媒体播放器	77
4.5.1 启动程序	47	7.2.2 播放 CD 音乐	78
4.5.2 退出程序	48	7.2.3 播放硬盘上的音乐	79
第5章 如何在电脑中输入汉字	49	7.3 播放 VCD 和 DVD	80
5.1 汉字输入法的基础知识	50	7.4 玩“纸牌”游戏	82
5.1.1 了解汉字输入法	50	7.5 其他游戏与多媒体娱乐	84
5.1.2 了解输入法状态条	50	7.5.1 “扫雷”游戏	84
5.1.3 选择适合您的汉字输入法	51	7.5.2 画图	85
5.2 用多种方法输入汉字	52	7.5.3 计算器	86
5.2.1 用全拼输入法输入	52	第2部分 老有所学	
5.2.2 用智能拼音输入法输入	53	第8章 浏览和处理数码照片	87
5.2.3 语音输入汉字	55	8.1 用看图功能浏览照片	88
5.2.4 手写输入汉字	56	8.1.1 将数码照片复制到电脑中	88
第6章 如何管理电脑中的文件	59	8.1.2 Windows 图片和传真查看器	89
6.1 电脑中信息存放的载体——磁盘	60	8.1.3 浏览照片	89
6.1.1 硬盘	60	8.2 简单处理照片	90
6.1.2 光盘	60	8.2.1 调整照片大小	90
6.1.3 U 盘	61	8.2.2 旋转照片	91
6.2 电脑中管理信息的工具	63	8.2.3 复制照片	91
6.2.1 我的电脑	64	8.2.4 打印照片	92
6.2.2 资源管理器	64	8.3 用 ACDSee 浏览和处理照片	94
6.3 认识文件夹和文件	66	第9章 用 Word 写文章	97
6.3.1 什么是文件夹和文件	66	9.1 初步认识 Word	98
6.3.2 文件夹和文件的关系	66	9.1.1 Word 能做什么	98
6.4 文件夹和文件的操作	67	9.1.2 怎样启动与退出 Word	98
6.4.1 建立文件夹及文件体系	67	9.1.3 Word 的操作窗口	98
6.4.2 选择文件或文件夹	68	9.2 建立“岁月之声”文档	101
6.4.3 重新命名文件或文件夹	69	9.2.1 新建“岁月之声”文档	101
6.4.4 删除文件或文件夹	69	9.2.2 保存“岁月之声”文档	102
6.4.5 恢复文件或文件夹	70	9.2.3 关闭“岁月之声”文档	103
6.4.6 复制文件或文件夹	70		

9.2.4 打开“岁月之声”文档	103	11.3.2 输入家庭成员拥有的书籍	133
9.3 输入文章的内容	104	11.3.3 使表格内容完全显示	134
9.3.1 从“光标”开始	104	11.3.4 建立“医药箱”等其他 工作表	135
9.3.2 输入文本	104		
9.3.3 “插入”和“改写”文字	105		
9.3.4 选择文本内容	106		
9.3.5 删除输错的内容	106		
9.3.6 移动或复制文本	107		
9.3.7 查找和替换文本	108		
第10章 用 Word 给老朋友写信	111	第12章 用 Excel 建立电话簿	137
10.1 让您的书信变得更漂亮	112	12.1 输入亲友的联系方式	138
10.1.1 输入日期和时间	112	12.1.1 输入普通数据	138
10.1.2 改变文字的大小和样式	112	12.1.2 输入特殊数据	139
10.1.3 改变段落的缩进和间距	114	12.1.3 快速填充数据	140
10.2 插入和编辑图片	115	12.2 建立“家庭物品”工作簿	142
10.2.1 插入孙子的照片	116	12.2.1 在单元格中覆盖数据	142
10.2.2 编辑孙子的照片	116	12.2.2 在编辑栏中修改数据	142
10.2.3 绘制和编辑标注	118	12.3 让您的电话簿更美观	143
10.3 自己设计信笺纸	120	12.3.1 合并标题单元格	143
10.3.1 添加艺术字形的祝福语	120	12.3.2 改变字体格式和对齐方式	143
10.3.2 为信纸添加图片水印	121	12.3.3 添加边框和底纹	145
10.4 打印您的书信	123	12.3.4 自动套用格式	146
10.4.1 预览书信效果	123	12.4 打印部分联系方式	148
10.4.2 打印书信	124	12.4.1 页面设置	148
		12.4.2 打印工作表	149
第11章 用 Excel 管理家庭物品	127	第13章 用 Excel 计算日常收支	151
11.1 初步认识 Excel	128	13.1 记录家庭“日常收支”	152
11.1.1 Excel 能做什么	128	13.1.1 输入日期的简便方法	152
11.1.2 怎样启动与退出 Excel	128	13.1.2 输入金额的简便方法	153
11.1.3 Excel 的操作窗口	128	13.2 计算每月的日常收支	154
11.1.4 工作簿、工作表 and 单元格的 关系	130	13.2.1 计算每天的收支总额	154
11.2 建立“家庭物品”工作簿	130	13.2.2 计算每月的收支总额	156
11.2.1 新建和保存“家庭物品” 工作簿	131	13.2.3 计算每天的平均收支	158
11.2.2 关闭“家庭物品”工作簿	132	13.3 对开支进行排序和筛选	159
11.3 建立家庭物品分类表格	132	13.3.1 对“支出”进行排序	159
11.3.1 将工作表重命名为“书籍”	132	13.3.2 筛选支出在 100 元以上 的项目	161
		第3部分 老有所乐	
		第14章 网络让您知晓天下事	163
		14.1 网络改变传统生活	164

14.2 怎样进入 Internet.....	164	第 16 章 网络使您生活更精彩.....	199
14.3 上网必备工具——浏览器.....	165	16.1 网络视听.....	200
14.3.1 工具栏.....	166	16.1.1 听音乐或戏曲.....	200
14.3.2 地址栏.....	166	16.1.2 听新闻或广播.....	202
14.3.3 浏览区.....	167	16.1.3 看网络电视.....	203
14.4 关心天下事——浏览新闻.....	167	16.1.4 看在线电影.....	204
14.4.1 进入搜狐新闻网站.....	168	16.2 网络游戏.....	206
14.4.2 新闻网站推荐.....	169	16.2.1 QQ 游戏登录.....	206
14.5 修身养性——寻找养生之道.....	170	16.2.2 中国象棋.....	207
14.5.1 利用分类链接搜索老年 养生保健知识.....	170	16.2.3 斗地主.....	210
14.5.2 利用搜索引擎网站搜索 “太极拳”信息.....	172	16.2.4 升级.....	212
14.5.3 养生保健网站推荐.....	174	16.2.5 其他常规网站游戏.....	214
14.6 把喜欢的网页设为起始页.....	175	16.3 网上购物.....	215
14.7 把实用的网页保存起来.....	176	16.3.1 注册.....	215
		16.3.2 订购儿童教育读物.....	216
		16.4 网上旅游.....	219
		16.5 网络资源下载.....	221
第 15 章 网络助您沟通更自在.....	179		
15.1 网络聊天拉近距离.....	180	第 17 章 电脑的保护与安全使用.....	223
15.1.1 用 QQ 聊天.....	180	17.1 给您的电脑足够的保护.....	224
15.1.2 与朋友语音聊天.....	185	17.1.1 硬盘与光盘的保护.....	224
15.1.3 与远方子女面对面聊天.....	185	17.1.2 键盘和鼠标的正确使用.....	224
15.1.4 结交天下人——网上聊天室.....	186	17.1.3 显示器和主机一定要爱护.....	224
15.1.5 虚拟社区——搜狐论坛.....	187	17.2 电脑病毒的防范与“治疗”.....	225
15.2 用电子邮件给亲友写信.....	190	17.2.1 什么是电脑病毒.....	225
15.2.1 什么是电子邮件.....	190	17.2.2 如何判断电脑是否感染了 病毒.....	226
15.2.2 什么是电子邮箱地址.....	190	17.2.3 如何防范病毒的入侵.....	226
15.2.3 怎样获得一个免费邮箱.....	191	17.2.4 如何安装杀毒软件.....	226
15.2.4 怎样使用电子邮箱.....	193	17.2.5 如何消灭病毒.....	227

第 1 章

什么是电脑

随着现代科技的不断发展，人们的生活也随之发生了翻天覆地的变化，其中一个最重要的就是电脑的普及与应用。对于经历过激情燃烧的岁月的中老年朋友来说，电脑简直就是神话，这么复杂的电子产品让人无所适从。很多中老年朋友忍不住会问：这电脑到底是什么？它有哪些神奇功能？为什么会令年轻人爱不释手？像我们这种年龄的人，能不能学会使用电脑？我们可以用电脑做什么？下面我们就来解开电脑之谜，认识一下电脑是什么，了解它在生活中有哪些具体的作用。





1.1 电脑能改变您的生活

一些中老年朋友觉得电脑就是专为年轻人设计的，是他们工作和娱乐的一种工具，对于自己这种快被时代抛在身后的人没有多大用处。其实这种想法是不正确的，因为现在的电脑并不仅仅是传统意义上用于科学的电子设备，它更是一件触手可及的“家用电器”！它就像彩电、影碟机、电话机等电器一样方便实用，而且它具有多种老少皆宜的娱乐功能，将彻底改变您的生活，使您的晚年生活更加丰富多彩，也会给您和您的后代带来更多的共同话题。

1.1.1 听——修身养性听音乐

电脑是家里的电视机和影碟机的综合体，只要将 CD 或 DVD 光盘放入其中，您便可以泡一杯清茶，闲适地欣赏您喜爱的经典音乐了。

1.1.2 说——与远方的儿女聊家常

您可以用电脑中的录音机记录您想念的话语，也可以通过网络与远方的儿女或者海内外的亲友聊天、话家常，拉近彼此的距离，以解寂寞。

1.1.3 写——给亲朋好友写信

如果您更喜欢用温情脉脉的信件来表达感情，也可以用电脑代替纸和笔，给家人或朋友写一封信，几秒钟之内就将这封信“邮寄”到对方的电子信箱里了。

1.1.4 玩——畅游网络玩得精彩

网络，您一定听得不少了吧。用电脑上网，只需轻轻一点鼠标，世界就掌握在您的手中了。在这里，您可以玩游戏，找回年轻的感觉；您可以足不出户就了解天下事；您可以收听喜爱的电台节目、观看电视剧和电影；您可以和网上的朋友一起下棋、打牌，让晚年生活更精彩。



放大镜

电脑在生活中的作用远不止这些，您还可以用它来处理数码照片、管理家里的日常用品、计划家庭开支、订购报纸刊物、网上就医、与朋友交流心得等，使繁琐的家务事变得简单又轻松。



1.2 认识电脑的外观

从外观上来说电脑并不复杂，它主要包括主机、显示器、键盘、鼠标和音箱几个部分，如图 1-1 所示。如果有其他需要，您还可以为电脑配置其他外部设备，如耳机、话筒、手写板、打印机、扫描仪等。



图 1-1

1.2.1 主机

主机相当于电脑的大脑，对电脑发出的所有命令都是在主机里执行的。主机机箱的正面有主机电源按钮、复位按钮及软盘驱动器和光盘驱动器的相应按钮，如图 1-2 所示。认识这些按钮，才能正确地使用电脑，如开机、关机等。

1.2.2 显示器

显示器是电脑必不可少的输出设备，它相当于电视屏幕。通过显示器，您可以方便地查看输入的数据内容，以及系统界面、程序运行等一切输出信息。常见的显示器有两种：CRT（阴极射线管）显示器和 LCD（液晶）显示器，如图 1-3 所示。其大小有 17、19 和 20 英寸等，普通家庭一般使用 17 英寸的显示器。



放大镜

现在常见的个人电脑分为台式电脑和笔记本电脑。台式电脑功能齐全，而且价格便宜，主要用于办公、教学、个人使用和家庭使用等；笔记本电脑体型小巧，便于携带，适用于长期在外工作的个人用户。



图 1-2

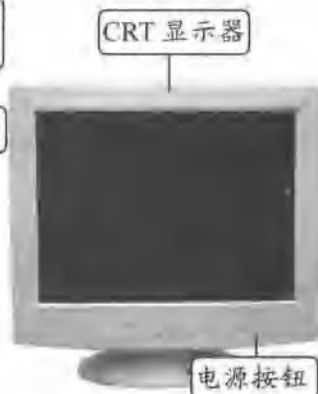


图 1-3



1.2.3 鼠标

鼠标是电脑重要的输入设备之一，通过鼠标可进行各种操作，从而发出指挥电脑运行的命令。

鼠标的外观与小老鼠相似，还有一条长长的“尾巴”——连接线，因此被形象地称为“鼠标”。现在常见的鼠标是3键鼠标，如图1-4所示。各部件的作用如下：

- 鼠标左键：主要用于选中文件、拖动文件、打开文件和程序。
- 鼠标右键：主要用于打开对象的快捷菜单。
- 鼠标滚轮：主要用于滚动屏幕察看窗口内的内容。



图 1-4

1.2.4 键盘

键盘也是电脑重要的输入设备之一，是用户和电脑对话的重要工具。您想要电脑干什么，可以通过键盘“告诉”电脑。

键盘的外观如图 1-5 所示，通过按键盘上的各个键可以对电脑进行快速操作。当然，不同的生产厂商生产出的键盘外观、型号等稍有不同，但是按键使用方法都是一样的。



图 1-5

1.2.5 音箱

音箱是电脑的发声设备，电脑的背景声音、播放的音乐、游戏程序的配音效果和 VCD 音乐都可通过音箱传送出来。音箱外形如图 1-6 所示，其种类很多，在购买时您可以选择一款音质优良，颜色、外型等配合电脑的音箱。



图 1-6

1.3

电脑的开关方法其实与电视机的开关方法一样，首先都是要接通外部电源，然后再按相应的电源开关按钮。

1.3.1 启动电脑

电脑连接好后就可以使用了，第一步就是启动电脑。启动电脑要按照一定的顺序，其操作方法如下：

- (1) 打开外部电源插线板的开关。
- (2) 打开显示器的电源开关, 指示灯亮表示已打开显示器。

(3) 按主机机箱正面的主机电源按钮（一般为机箱正面最大的按钮，通常标有 Power 字样），打开主机的电源。电脑开始自动运行，并显示启动画面，表示已成功启动电脑并进入操作系统，如图 1-7 所示，这时您就可以使用电脑了。



图 1-7

1.3.2 关闭电脑

使用完电脑后要将电脑关闭，但关闭电脑不能简单地关闭显示器和主机的电

源, 因为这样会丢失还未保存的信息, 也容易损坏电脑。关闭电脑必须严格按照一定顺序进行, 操作方法如下:

(1) 用鼠标左键单击屏幕左下角的 **开始** 按钮, 弹出“开始”菜单。

(2) 单击其中的“关闭计算机”按钮, 如图 1-8 所示。

(3) 在打开的对话框中单击“关闭”按钮, 如图 1-9 所示。随后系统将提示正在关闭电脑, 并将自动保存有关信息, 最后自动关闭主机电源。

(4) 按显示器的电源开关按钮关闭显示器电源。

(5) 关闭其他设备电源 (如打印机等)。



图 1-8



图 1-9

1.4 掌握电脑的使用方法

大多数中老年朋友觉得电脑神秘而且深奥, 难以掌握。其实使用电脑并不难, 相信一句话: “只要认识字, 就能学会使用电脑。”

1.4.1 使用电脑, 掌握基本

使用电脑时, 只要掌握基本知识, 多次操作, 就能像使用电视机那样熟练操

作了。与电视一样，电脑也有它的“遥控板”，这就是键盘和鼠标。我们通过按键盘上的各个键和对鼠标进行单击、双击、移动等操作给电脑下这命令，指挥电脑按照您的意愿进行工作。因此，简单地说，我们对电脑进行操作，实际上就是对键盘和鼠标进行操作，和您使用遥控板控制电视一样，只要掌握了基本用法，就可以操作电脑了。

1.4.2 大胆使用，熟能生巧

由于是初次使用电脑，很多中老年朋友们担心把电脑弄坏了，其实这种担心是不必要的。因为电脑具有提示功能，当您进行了错误的操作，电脑会用声音或文字的方式来提醒您，这时只要根据电脑的提示进行操作即可。对于一般用户而言，最坏的结果也不过是不小心将自己存储的信息删除了而已。即使如此，电脑也会提示您以后再删除。因此，您可以放心地按键盘上的各个按键，对鼠标进行各种操作，而不必担心电脑按损坏。

在刚开始使用键盘和鼠标时，中老年朋友们会觉得不顺手，可能常常出现不小心按错键或通到鼠标不听“指挥”的情况。这时不必灰心，记住“大胆使用，熟能生巧”，您只要经常使用，就能像操纵电视机的“遥控板”一样，熟练地操纵键盘和鼠标了。

1.4.3 电能死机的解决方法

当您按键盘上的键或单击鼠标时，鼠标光标不动或始终处于无反应状态，表示您的电脑死机了。不要着急，“死机”是小问题，并不表示电脑坏了，通常可以用以下几种办法解决：

- **热启动**：在电脑运行过程中，当程序突然没有响应时，可以进行热启动。用很快的速度同时按下【Ctrl】、【Alt】和【Delete】键（以后简称为按【Ctrl+Alt+Delete】键），在打开的对话框中执行【关机】/【重新启动】命令，则电脑将自动关闭所有程序，并重新启动。
- **复位启动**：如果电脑死机后用热启动仍然无法恢复正常，此时就需要进行复位启动。方法很简单，直接按主机机箱上的复位按钮（比主机电源按钮略小，标有 Reset 字样）即可重新启动电脑。
- **冷启动**：冷启动是指先按住机箱上的电源开关按钮不放，大约几秒钟后