

Broadview[®]

www.broadview.com.cn

全程图解，轻松入门；循序渐进，逐步提高。



Windows Vista

中文
版

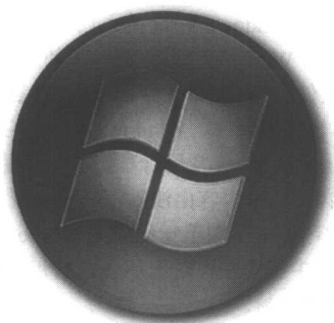
快速入门与提高

宋翔 编著



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>



Windows Vista 中文版 快速入门与提高

宋翔 编著

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内 容 简 介

本书是指导初、中级读者快速掌握 Windows Vista 的入门书籍。书中采用通俗易懂的语言,丰富的图例和具体的操作步骤,全方位地讲解了 Windows Vista 的基本使用方法和操作技巧。全书共分 14 章,分别介绍了 Windows Vista 基础知识、文件、文件夹和资源管理器、键盘操作与汉字输入,设置 Windows Vista 操作环境,管理 Windows Vista 中的软件和硬件,Windows Vista 实用工具的使用,多媒体娱乐,Internet 上网冲浪,电子邮件与网上聊天,Windows Vista 常用管理工具的使用,Windows Vista 的注册表与组策略,Windows Vista 优化与故障排除等内容。书中内容由浅入深,举一反三,通过丰富的操作步骤图解使理论和实践相结合,使读者在轻松愉快的环境中不知不觉地成为 Windows Vista 高手。

本书适用于 Windows Vista 的初、中级用户,对于从事电脑相关行业的人员也有较高的参考价值,同时也可以作为大中专院校或社会培训的教材。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

Windows Vista 中文版快速入门与提高 / 宋翔编著. —北京: 电子工业出版社, 2007.11
ISBN 978-7-121-04964-4

I. W… II. 宋… III. 窗口软件, Windows Vista IV. TP316.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 135902 号

责任编辑: 朱沐红

印 刷: 北京天宇星印刷厂

装 订: 三河市皇庄路通装订厂

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开 本: 850×1168 1/16 印张: 24.25 字数: 657 千字

印 次: 2007 年 11 月第 1 次印刷

印 数: 6000 册 定价: 38.00 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题,请向购买书店调换。若书店售缺,请与本社发行部联系,联系及邮购电话:(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zlt@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

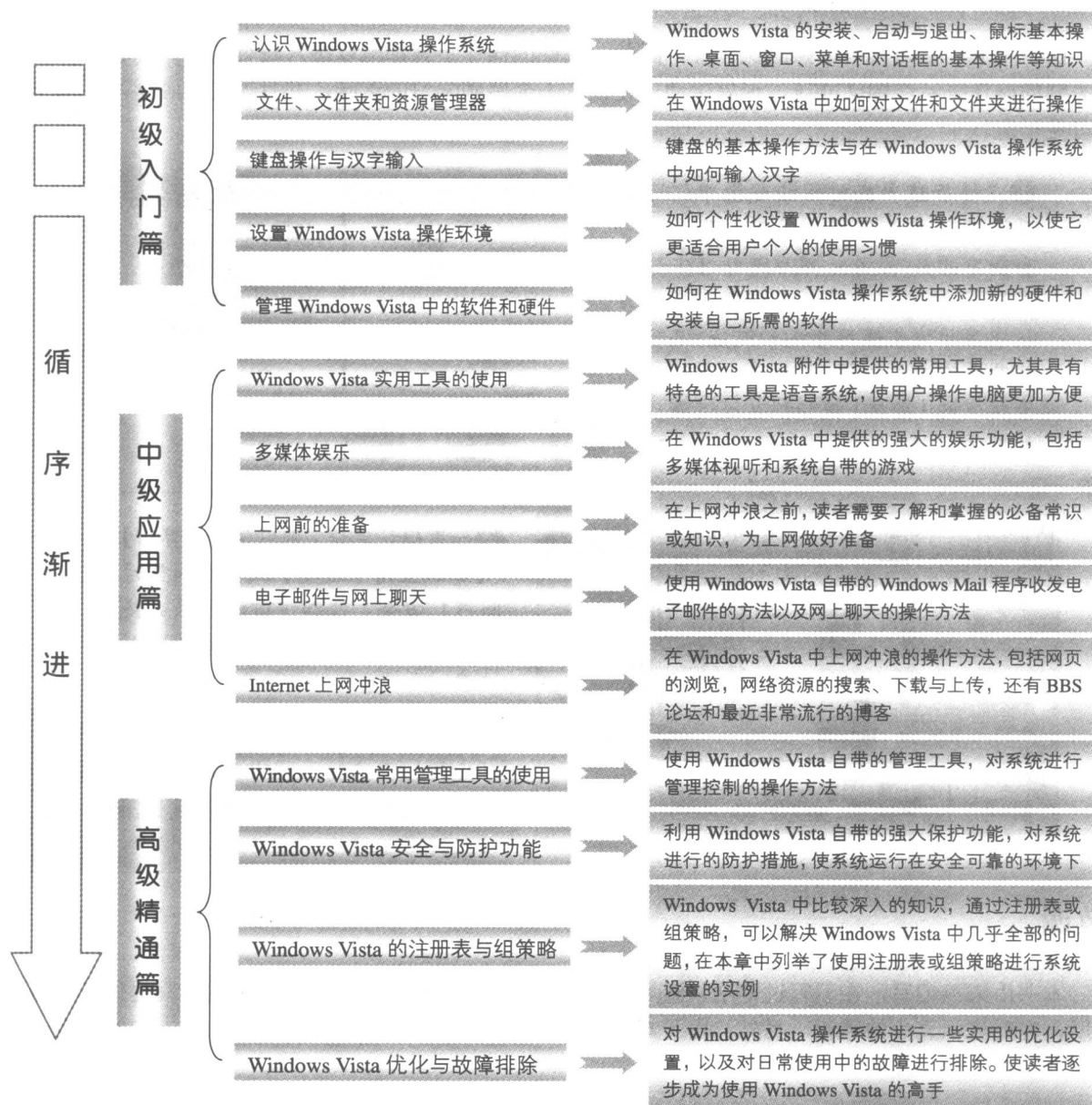
服务热线:(010) 88258888。

前言

Windows Vista 在安全性、可靠性及互动体验等三大功能上更为突出和完善。除此之外，Windows Vista 系统的界面极具质感的半透明磨砂玻璃效果，流畅的 Flip 3D 切换，使得 Vista 看起来十分华丽，从而给用户带来了视觉上的冲击。

本书内容安排

本书充分考虑到读者的学习层次，将全书共 14 章的内容分为三大部分：初级入门篇、中级应用篇和高级精通篇。内容结构如下图。



本书特色

为了帮助广大读者和计算机使用者能以最短的时间掌握更多 Windows Vista 系统的操作方法，笔者做到了以下几点。

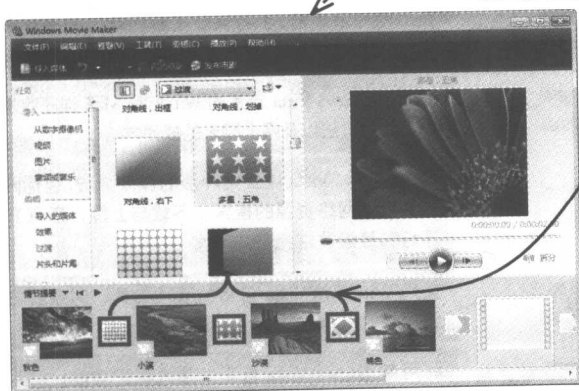
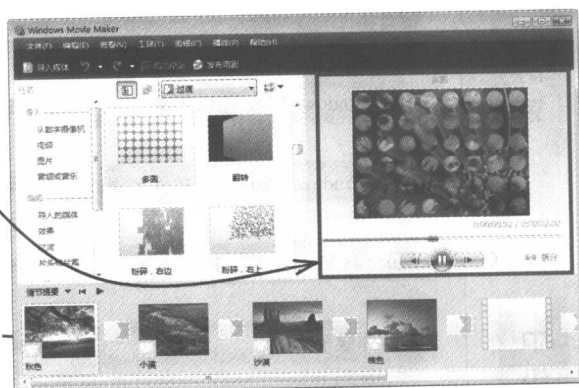
1. 内容层次安排合理

本书充分考虑到读者的使用层次，在内容的安排上由浅入深（见上图），可使初学者掌握 Windows Vista 的基本操作，也可以指导读者使用 Windows Vista 提供的各种工具，更可以让读者成为 Windows Vista 的管理者，对其使用了如指掌。读者可根据自己希望达到的水平来选择性地学习。使初学者学习起来既不会感到吃力，而且在不知不觉中已经掌握了电脑的操作技巧及使用方法，一步步地深入学习，最后成为电脑应用高手。

2. 图文对照、简单易学

由于本书的学习具有很强的操作性，因此，关键的操作步骤都配以图片进行说明，并在图中标出了关键的操作提示。图文并茂，形象生动，使读者不会感到学习的乏味，并且方便读者学习。从下图中可见一斑。

①在情节提要或时间线视图中，单击想要在其间添加过渡的两个剪辑中的第 2 个，然后选择【工具】/【过渡】命令。在内容列表区中显示出所有可添加的过渡，选择想要添加的过渡，然后单击预览窗格中的【播放】按钮预览该过渡的效果

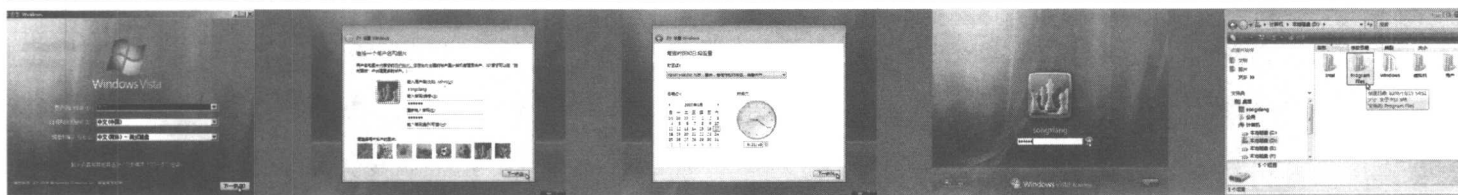


②如果确认无误，则可选择【剪辑】/【添加至情节提要】或【添加至时间线】命令，添加该过渡效果。按同样的方法在其他剪辑之间也添加过渡

提示：还有一种方便快捷的添加过渡的方法，即直接在内容列表区中将所需的过渡拖动到情节提要或时间线视图中的剪辑过渡单元格中。

致谢

本书由宋翔编写，在编写过程中，温才燚，李振捷，柯华坤，刘威等对本书的编写提供了有益的帮助，在此表示衷心的感谢。另外，由于本书编写的时间仓促，以及编者水平有限，书中难免有一些错误和不足之处，恳请广大读者批评指正。



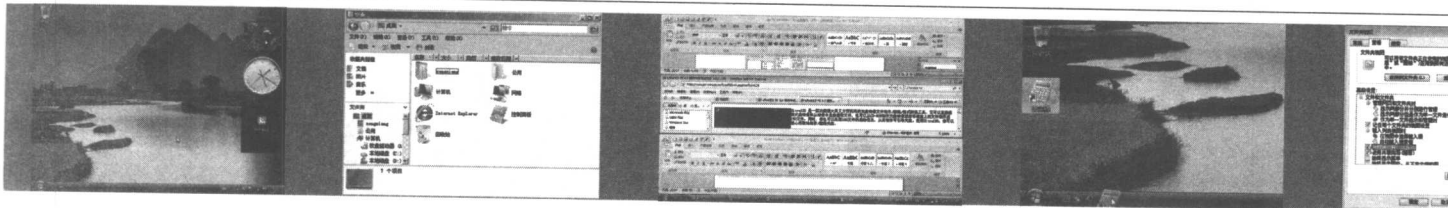
目 录 CONTENTS

初级入门篇

第 1 章 认识 Windows Vista 操作系统..... 2

Chapter 1

1.1	Windows Vista 简介.....	2
1.1.1	Windows Vista 版本及功能介绍.....	2
1.1.2	安装 Windows Vista 所需的硬件配置.....	3
1.1.3	安装 Windows Vista 操作系统.....	3
1.2	启动与退出 Windows Vista.....	9
1.2.1	启动 Windows Vista.....	9
1.2.2	退出 Windows Vista.....	9
1.2.3	Windows Vista 其他状态的转换.....	10
1.3	鼠标的基本操作.....	11
1.4	熟悉 Windows Vista 桌面.....	14
1.4.1	桌面背景和图标.....	14
1.4.2	【开始】按钮及菜单.....	16
1.4.3	任务栏.....	17
1.4.4	Windows 边栏和小工具.....	18
1.5	窗口、菜单和对话框.....	18
1.5.1	窗口的组成.....	18
1.5.2	窗口的基本操作.....	21
1.5.3	菜单的功能及种类.....	24
1.5.4	对话框的功能及组成.....	27
1.5.5	窗口与对话框的区别.....	28
1.6	启动和退出应用程序.....	28
1.6.1	通过桌面快捷图标启动程序.....	28
1.6.2	通过【开始】菜单启动程序.....	29
1.6.3	通过快速启动栏启动程序.....	30
1.6.4	退出应用程序的方法.....	30
1.7	使用 Windows 帮助功能.....	30
1.7.1	使用本机提供的帮助.....	30
1.7.2	使用联机帮助.....	32
	本章小结.....	32



第2章 文件、文件夹和资源管理器..... 34

Chapter 2

2.1 文件和文件夹的基本知识.....	34
2.1.1 什么是文件和文件夹.....	34
2.1.2 什么是路径.....	35
2.1.3 Windows Vista 系统中主要的文件类型.....	35
2.2 文件和文件夹的基本操作.....	35
2.2.1 创建文件和文件夹.....	36
2.2.2 重命名文件和文件夹.....	36
2.2.3 选择文件或文件夹.....	37
2.2.4 移动和复制文件或文件夹.....	40
2.2.5 查找文件或文件夹.....	43
2.2.6 删除和还原文件或文件夹.....	45
2.2.7 回收站的设置与使用.....	47
2.3 文件和文件夹的设置.....	48
2.3.1 设置文件和文件夹的查看方式.....	49
2.3.2 设置文件和文件夹的排序方式.....	50
2.3.3 设置文件和文件夹的分组方式.....	51
2.3.4 设置文件和文件夹的快捷方式.....	51
2.3.5 设置文件和文件夹的属性.....	53
2.3.6 设置文件夹选项.....	56
2.4 资源管理器的使用.....	58
本章小结.....	58

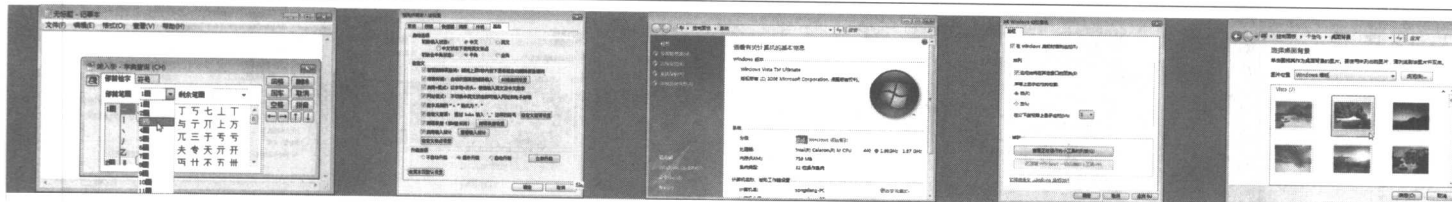
第3章 键盘操作与汉字输入..... 59

Chapter 3

3.1 认识键盘布局.....	59
3.1.1 打字键区.....	59
3.1.2 控制键区.....	61
3.1.3 小键盘区.....	61
3.1.4 功能键区.....	62
3.1.5 状态指示区.....	62
3.2 操作键盘的正确姿势.....	62
3.2.1 正确的坐姿.....	63
3.2.2 正确的指法.....	63
3.2.3 击键的方法.....	64
3.3 中文输入法的使用.....	64
3.3.1 常用中文输入法的种类.....	64
3.3.2 添加与删除中文输入法.....	65
3.3.3 微软拼音输入法的使用.....	68
3.3.4 搜狗拼音输入法的使用.....	76



	本章小结.....	81
第 4 章 设置 Windows Vista 操作环境..... 82		
Chapter 4	4.1 认识控制面板.....	82
	4.1.1 控制面板的两种视图方式.....	82
	4.1.2 控制面板的功能.....	83
	4.2 查看系统信息及系统设置.....	85
	4.2.1 查看系统信息.....	85
	4.2.2 设置系统保护.....	87
	4.2.3 设置系统远程协助.....	87
	4.2.4 设置系统高级属性.....	88
	4.3 设置【开始】菜单和任务栏.....	91
	4.3.1 设置【开始】菜单样式.....	91
	4.3.2 设置【开始】菜单显示的项目.....	92
	4.3.3 隐藏或显示任务栏.....	92
	4.3.4 设置任务栏按钮的分组显示.....	93
	4.3.5 设置任务栏显示窗口预览.....	94
	4.3.6 设置通知区域中显示或隐藏项目.....	95
	4.3.7 设置 Windows 边栏显示的内容.....	95
	4.4 设置显示效果.....	98
	4.4.1 设置桌面背景.....	98
	4.4.2 设置主题类型.....	99
	4.4.3 设置颜色和分辨率.....	100
4.4.4 设置屏幕保护程序.....	100	
4.4.5 设置玻璃效果和立体窗口效果.....	101	
4.5 设置日期和时间.....	103	
4.5.1 设置本地日期、时间和时区.....	103	
4.5.2 设置附加时钟.....	105	
4.5.3 设置与 Internet 同步的时间.....	106	
4.6 设置键盘和鼠标.....	106	
4.6.1 设置键盘.....	106	
4.6.2 设置鼠标.....	107	
4.7 设置声音.....	109	
4.7.1 设置播放的声音.....	109	
4.7.2 设置录制的声音.....	111	
4.7.3 设置系统声音.....	113	
4.8 设置电源.....	114	
4.8.1 选择系统自带电源计划.....	114	
4.8.2 自定义电源计划.....	115	
4.8.3 设置电源按钮的功能.....	116	



4.9 设置用户账户.....	117
4.9.1 新建用户账户.....	117
4.9.2 修改账户资料.....	118
4.9.3 变更账户类型.....	119
4.10 Windows 移动中心.....	120
本章小结.....	121

第 5 章 管理 Windows Vista 中的软件和硬件..... 122

Chapter 5

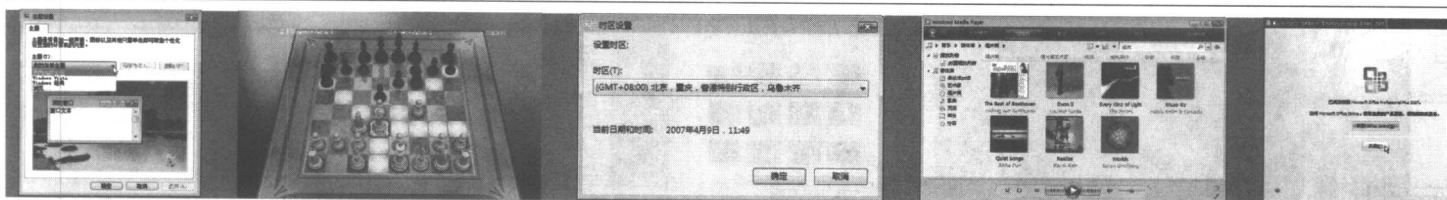
5.1 软件的安装与卸载.....	122
5.1.1 安装软件的常用方法.....	122
5.1.2 卸载不用的软件.....	124
5.1.3 打开和关闭 Windows 功能.....	127
5.2 硬件的添加与删除.....	128
5.2.1 添加新硬件的方法.....	128
5.2.2 使用设备管理器查看系统硬件冲突.....	130
5.2.3 扫描硬件改动情况.....	131
5.2.4 更新硬件驱动程序.....	131
5.2.5 卸载不用的硬件.....	133
5.3 系统字体的安装与删除.....	133
5.3.1 了解 Windows Vista 中的字体.....	133
5.3.2 安装新字体.....	134
5.3.3 查看与打印字体.....	135
5.3.4 设置字体的清晰度.....	136
5.3.5 删除不用的字体.....	138
本章小结.....	139

中级应用篇

第 6 章 Windows Vista 实用工具的使用..... 142

Chapter 6

6.1 记事本.....	142
6.1.1 认识记事本.....	142
6.1.2 在记事本中编辑文本.....	142
6.1.3 保存与退出记事本.....	145
6.1.4 打开记事本文件.....	145
6.2 写字板.....	146
6.2.1 认识写字板.....	146
6.2.2 编辑文本.....	146
6.2.3 设置段落格式.....	148
6.2.4 设置项目符号.....	149

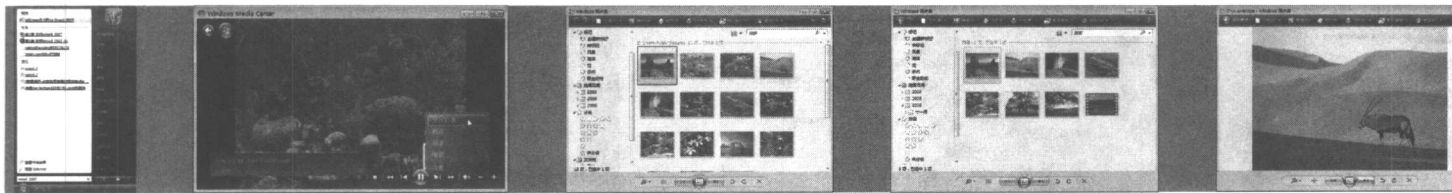


6.2.5	在写字板中插入对象.....	149
6.2.6	保存与退出写字板.....	150
6.3	画图.....	151
6.3.1	绘制图像.....	151
6.3.2	设置图像特效.....	153
6.3.3	保存图像.....	154
6.3.4	将图像设置为桌面背景.....	154
6.4	截图工具.....	155
6.4.1	设置截图区域类型.....	155
6.4.2	编辑所截图片.....	155
6.4.3	保存修改后的图片.....	156
6.4.4	设置截图选项.....	157
6.5	Windows 照片库.....	157
6.5.1	浏览图片.....	157
6.5.2	设置图片.....	160
6.5.3	图片的导入.....	160
6.6	Windows 联系人.....	161
6.6.1	添加联系人.....	161
6.6.2	导入/导出联系人.....	163
6.7	Windows 日历.....	164
6.8	语音识别系统.....	165
6.8.1	设置麦克风.....	165
6.8.2	训练并使用语音识别.....	168
6.9	Tablet PC 输入面板.....	169
6.9.1	在输入面板中输入文本.....	169
6.9.2	设置 Tablet PC.....	170
6.10	计算器.....	170
6.10.1	使用标准计算器计算普通数据.....	171
6.10.2	使用科学计算器计算复杂数据.....	171
6.11	命令提示符.....	171
6.12	其他辅助工具.....	172
6.12.1	放大镜.....	172
6.12.2	讲述人.....	173
6.12.3	屏幕键盘.....	173
	本章小结.....	175

第 7 章 多媒体娱乐..... 176

Chapter 7

7.1	Windows Media Player 播放器.....	176
7.1.1	认识 Windows Media Player 界面.....	176
7.1.2	添加播放文件.....	179

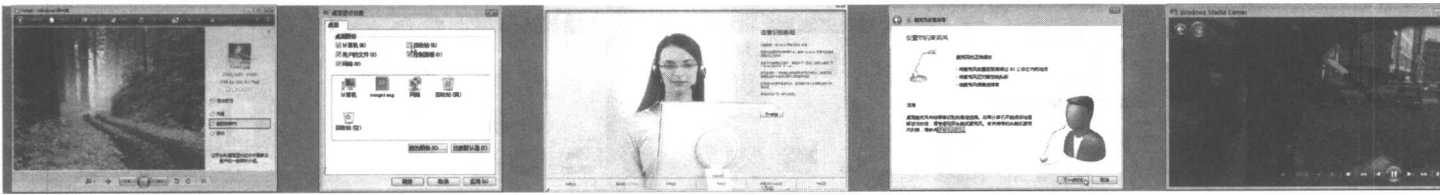


7.1.3	播放影音文件.....	181
7.1.4	设置播放效果.....	182
7.1.5	设置 Windows Media Player.....	184
7.2	Windows Media Center.....	186
7.2.1	观看和录制电视和电影.....	187
7.2.2	播放视频和观看图片.....	188
7.2.3	在 Windows Media Center 中玩游戏.....	189
7.3	Windows Movie Maker.....	190
7.3.1	认识 Windows Movie Maker 的界面.....	190
7.3.2	制作电影.....	191
7.3.3	发布电影.....	196
7.4	录音机.....	197
7.4.1	录制声音.....	198
7.4.2	播放声音.....	199
7.5	Windows Vista 自带的游戏.....	199
7.5.1	红心大战.....	200
7.5.2	空当接龙.....	200
7.5.3	纸牌.....	201
7.5.4	蜘蛛纸牌.....	201
7.5.5	扫雷.....	201
7.5.6	厨房大战.....	202
7.5.7	麻将高手.....	204
7.5.8	象棋高手.....	204
7.5.9	墨球.....	205
	本章小结.....	205

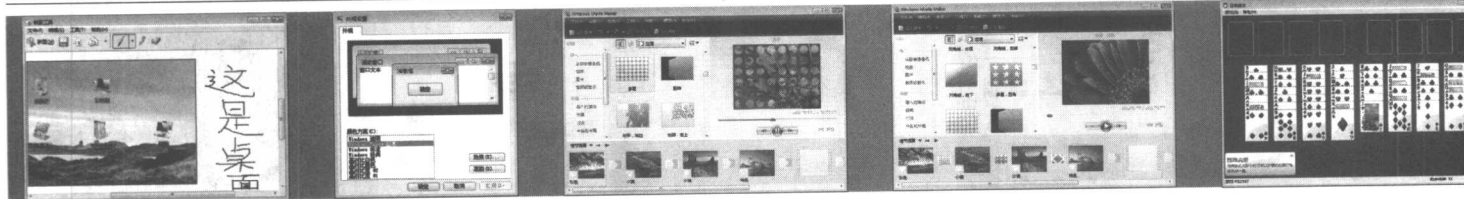
第 8 章 上网前的准备..... 206

Chapter 8

8.1	网络基础知识简介.....	206
8.1.1	Internet 的主要服务.....	206
8.1.2	网络通信协议简介.....	208
8.1.3	IP 地址和域名.....	209
8.1.4	选择合适的接入 Internet 的方法.....	210
8.2	连接 Internet 的方法.....	211
8.2.1	使用 Modem 拨号.....	211
8.2.2	使用 ADSL 虚拟拨号.....	214
8.2.3	使用无线上网卡拨号.....	215
8.3	局域网基本操作.....	216
8.3.1	共享文件和文件夹.....	216
8.3.2	浏览共享资源.....	219
8.3.3	映射和断开网络驱动器.....	219



	8.3.4 局域网中多台计算机共享上网.....	220
	本章小结.....	224
第 9 章 Internet 上网冲浪.....		225
Chapter 9	9.1 使用 IE 浏览器浏览网页.....	225
	9.1.1 认识 IE 7.0 浏览器的操作界面.....	225
	9.1.2 浏览网页的基本操作.....	226
	9.1.3 使用收藏夹.....	227
	9.1.4 网页的保存与打印.....	229
	9.2 浏览器常用设置.....	230
	9.2.1 设置主页.....	230
	9.2.2 设置选项卡浏览方式.....	232
	9.2.3 设置临时文件夹和历史记录.....	232
	9.2.4 设置自动完成功能.....	234
	9.2.5 设置 IE 浏览器安全性及反钓鱼功能.....	234
	9.2.6 自定义工具栏.....	236
	9.3 搜索网络资源.....	237
	9.3.1 使用 IE 自带搜索功能.....	237
	9.3.2 使用搜索引擎搜索网络资源.....	237
	9.4 下载与上传网络资源.....	239
	9.4.1 使用 IE 浏览器下载网络资源.....	239
	9.4.2 使用网际快车下载网络资源.....	241
	9.4.3 使用迅雷下载网络资源.....	243
	9.4.4 使用 BT 下载网络资源.....	244
9.4.5 使用 CuteFTP 下载与上传.....	246	
9.5 BBS 论坛.....	247	
9.5.1 注册与登录 BBS 论坛.....	247	
9.5.2 在论坛发言.....	248	
9.5.3 在论坛中贴图.....	250	
9.6 网络博客.....	250	
9.6.1 开通博客.....	250	
9.6.2 设置博客外观.....	251	
9.6.3 发布文章.....	252	
	本章小结.....	253
第 10 章 电子邮件与网上聊天.....		254
Chapter 10	10.1 电子邮件基础知识.....	254
	10.1.1 什么是电子邮件.....	254
	10.1.2 电子邮件的特点.....	254
	10.1.3 电子邮件的格式及两种收发方式.....	255



10.2	使用 Web 方式收发电子邮件	255
10.2.1	申请免费电子邮箱	255
10.2.2	登录电子邮箱	257
10.2.3	发送电子邮件	258
10.2.4	设置通讯录	258
10.3	使用 Windows Mail 收发电子邮件	259
10.3.1	建立 Windows Mail 账户	259
10.3.2	撰写电子邮件	262
10.3.3	接收和查看电子邮件	262
10.3.4	回复和转发电子邮件	263
10.3.5	设置 Windows Mail	264
10.4	QQ 网络聊天	266
10.4.1	申请及登录 QQ	266
10.4.2	查找及添加好友	267
10.4.3	与好友在线聊天	268
10.4.4	使用 QQ 传送文件	269
10.5	MSN 网络聊天	270
10.5.1	注册 MSN 账号	270
10.5.2	登录 MSN 并添加联系人	271
10.5.3	与联系人进行聊天	272
10.5.4	语音或视频聊天	272
10.5.5	使用 MSN 传送文件	273
	本章小结	273

高级精通篇

第 11 章 Windows Vista 常用管理工具的使用 276

Chapter 11

11.1	使用“家长控制”	276
11.1.1	建立要进行控制的标准账户	276
11.1.2	开启“家长控制”功能	277
11.1.3	控制账户使用计算机的时间	278
11.1.4	控制账户上网方式	279
11.1.5	控制账户可运行的游戏	280
11.1.6	控制账户可运行的应用程序	282
11.1.7	查看账户活动记录	283
11.2	创建任务计划程序	284
11.2.1	创建任务计划	284
11.2.2	查看任务计划	288

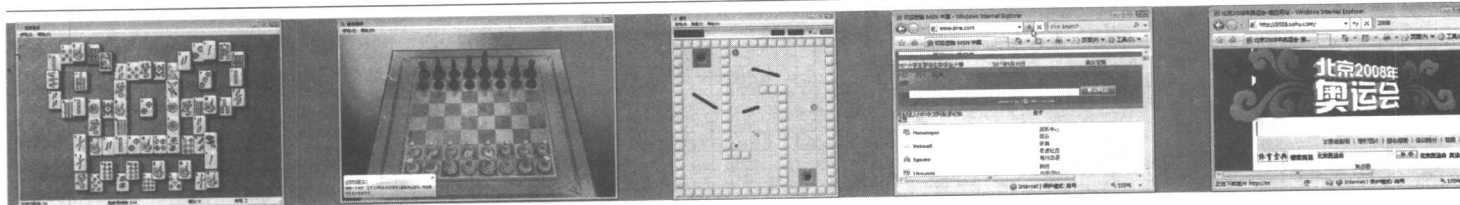


	11.2.3 修改任务计划.....	288
	11.2.4 导出与导入任务计划.....	289
	11.2.5 删除任务计划.....	290
11.3	系统配置工具.....	290
	11.3.1 选择启动方式.....	291
	11.3.2 设置启动选项.....	291
	11.3.3 设置系统服务.....	292
	11.3.4 设置开机运行程序.....	292
	11.3.5 启动系统实用工具.....	293
11.4	任务管理器.....	293
11.5	查看系统信息.....	294
11.6	事件查看器.....	296
11.7	可靠性和性能监视器.....	296
11.8	内存诊断工具.....	298
	本章小结.....	298

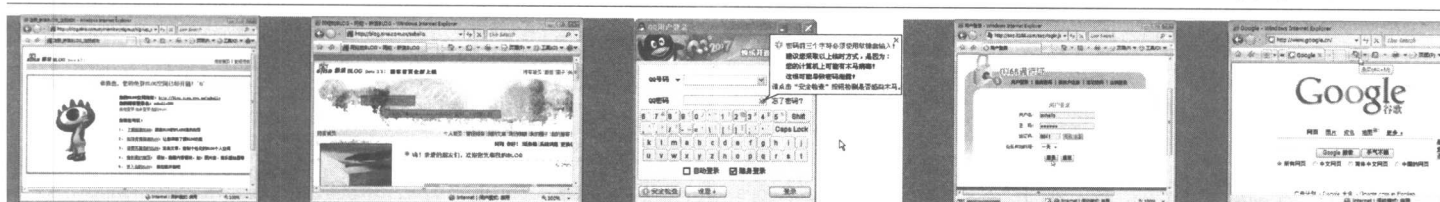
第 12 章 Windows Vista 安全与防护功能..... 299

Chapter 12

12.1	数据的备份与还原.....	299
	12.1.1 设置系统还原点.....	299
	12.1.2 使用还原点还原系统.....	300
	12.1.3 备份文件数据.....	301
	12.1.4 还原文件数据.....	303
12.2	加密文件或文件夹.....	304
	12.2.1 加密文件或文件夹.....	304
	12.2.2 备份证书和密匙.....	305
	12.2.3 使用加密文件.....	307
12.3	用户账户控制.....	309
	12.3.1 用户账户控制功能简介.....	309
	12.3.2 打开与关闭用户账户控制.....	310
12.4	设置 Windows 安全中心.....	312
12.5	使用 Windows Defender.....	313
	12.5.1 Windows Defender 功能介绍.....	313
	12.5.2 设置 Windows Defender.....	314
	12.5.3 使用 Windows Defender 进行扫描.....	315
	12.5.4 查看历史记录.....	316
	12.5.5 监视系统运行的程序.....	316
12.6	Windows 防火墙的设置.....	317
	12.6.1 打开与关闭 Windows 系统防火墙.....	317
	12.6.2 设置防火墙例外程序.....	318
	12.6.3 防火墙高级设置.....	319



	12.7 Windows Update 更新..... 321
	12.7.1 检查及安装更新..... 321
	12.7.2 设置更新方式..... 323
	12.7.3 查看更新历史记录..... 323
	本章小结..... 324
第 13 章 Windows Vista 的注册表与组策略..... 325	
Chapter 13	13.1 注册表基础..... 325
	13.1.1 注册表简介..... 325
	13.1.2 认识注册表编辑器..... 325
	13.1.3 注册表的基本操作..... 326
	13.1.4 注册表的备份与恢复..... 329
	13.2 注册表实用设置..... 330
	13.2.1 缩短关闭服务前的等待时间..... 330
	13.2.2 缩短关闭应用程序与进程前的等待时间..... 331
	13.2.3 加快【开始】菜单与【任务栏】的速度..... 331
	13.2.4 禁止修改任务栏属性..... 332
	13.2.5 预读设置以提高速度..... 333
	13.2.6 禁止使用 REG 文件..... 333
	13.3 组策略基础..... 334
	13.3.1 组策略简介..... 334
	13.3.2 启动组策略编辑器..... 334
	13.4 组策略实用设置..... 335
	13.4.1 给【开始】菜单减肥..... 335
	13.4.2 禁止随意修改任务栏和【开始】菜单..... 335
	13.4.3 禁止修改 IE 浏览器的主页..... 336
	13.4.4 禁止访问【控制面板】..... 337
13.4.5 隐藏【计算机】窗口中指定的驱动器..... 338	
13.4.6 禁止使用命令提示符..... 338	
13.4.7 禁用注册表编辑器..... 339	
13.4.8 禁止 UAC 锁定桌面..... 340	
	本章小结..... 341
第 14 章 Windows Vista 优化与故障排除..... 342	
Chapter 14	14.1 Windows Vista 优化技巧..... 342
	14.1.1 磁盘碎片整理..... 342
	14.1.2 磁盘清理..... 343
	14.1.3 格式化磁盘..... 345
	14.1.4 合理设置虚拟内存..... 345
	14.1.5 设置显示属性提高系统性能..... 348



	<p>14.1.6 优化开机启动程序..... 349</p> <p>14.1.7 使用闪存加速系统..... 349</p> <p>14.1.8 优化系统服务..... 350</p> <p>14.2 Windows Vista 故障排除..... 352</p> <p> 14.2.1 排除启动 QQ 系统蓝屏的故障..... 352</p> <p> 14.2.2 排除系统无声音的故障..... 352</p> <p> 14.2.3 排除系统中无法使用摄像头的故障..... 354</p> <p> 14.2.4 排除无线上网卡无法使用的故障..... 354</p> <p> 14.2.5 Windows Vista 和 Windows XP 双启动菜单故障..... 356</p> <p> 14.2.6 网络故障的诊断和修复..... 356</p> <p>本章小结..... 357</p>
<p>附录 A Windows Vista 常用快捷键..... 358</p>	
<p>附录 B Windows Vista 系统服务详解..... 362</p>	

PART



初级入门篇

- 第1章 认识 Windows Vista 操作系统
- 第2章 文件、文件夹和资源管理器
- 第3章 键盘操作与汉字输入
- 第4章 设置 Windows Vista 操作环境
- 第5章 管理 Windows Vista 中的软件和硬件