

海峡两岸资深电脑人合力打造
精品电脑入门书——“三遍就会”

看着光盘 **演示** 一遍

跟着光盘 **练习** 一遍

随盘独立 **操作** 一遍



三遍就会

Think 思维书渊 组编

Windows XP 轻松玩转



附赠超值多媒体教学光盘：

- ◆ 高度互动的情景教学
- ◆ 轻松愉快的学习界面
- ◆ 结合实际的评价练习
- ◆ 方便快捷的在线支持

海峡两岸资深电脑人合力打造
精品电脑入门书——“三遍就会”

看着光盘 **演示** 一遍

跟着光盘 **练习** 一遍

随盘独立 **操作** 一遍



三遍就会

Think 思维书渊 组编

Windows XP 轻松玩转



附赠超值多媒体教学光盘：

- ◆ 高度互动的情景教学
- ◆ 轻松愉快的学习界面
- ◆ 结合实际的评价练习
- ◆ 方便快捷的在线支持

 **机械工业出版社**
CHINA MACHINE PRESS

本书将“易学易懂实用”的准则贯穿全书，让读者从认识Windows XP的界面风格开始，了解窗口的各项基本操作，进而掌握各种自带工具软件的使用方法和技巧。全书以“Step by Step”的方式将内容呈现给读者，在实用范例的引导下，学习Windows XP的基本操作、系统设定、磁盘管理以及享受多媒体与信息生活等知识，为初学者提供了一个全方位的学习环境。

本书以图文并茂的方式循序渐进地讲述了Windows XP入门的基础知识，同时还列举了各种实际应用比较多的操作方法。每章的最后还以巩固练习的方式补充了大量的实用性操作技巧，并辅以大量精选的习题，加深读者对内容的理解和应用。

本书内容主题明确，实例丰富。通过对本书的学习，您将感受到本书在学中用、在用中学的教学方法，让您从不懂电脑快速升级为电脑操作高手。

图书在版编目（CIP）数据

Windows XP 轻松玩转 / Think 思维书渊组编. —北京:
机械工业出版社, 2006.12
(三遍就会系列丛书)
ISBN 7-111-20616-9

I. W... II. T... III. 窗口软件, Windows XP
IV. TP316.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 156427 号

机械工业出版社 (北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)
策划编辑: 丁 诚 责任编辑: 孙 业 责任印制: 洪汉军

三河市宏达印刷有限公司印刷

2007 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
185mm × 260mm · 13.5 印张 · 317 千字
0001 — 6000 册
定价: 29.00 元 (含 1CD)

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换
销售服务热线电话: (010) 68326294
购书热线电话: (010) 88379639 88379641 88379643
编辑热线电话: (010) 88379739
封面无防伪标均为盗版

丛书序

2006年,我们——来自海峡两岸的资深电脑图书出版人——会聚在北京,研讨和展望电脑入门级图书的现状与发展。

大家普遍认为,内地图书的知识含量丰富,但对初学者来说,起点偏高,可操作性略显不足,易产生学习瓶颈;而台湾地区的图书具有操作性强,能使初学者快速入门,现学现用的特点。于是,我们联手策划了这套综合两岸图书特点,专为满足内地读者需求的电脑入门级系列丛书。

现在,您看着的正是我们为您精心策划的这套“三遍就会”系列丛书。

作为一套面对电脑初级读者的入门级丛书,“三遍就会”的主要策划思想在于:遵循人在学习中运用记忆过程的“识记—回忆—再认识”规律,相对应地按照“概念理解—巩固学习—评测练习”的顺序编写,并在随书配带的光盘中安排了“演示—练习—操作”环节,使读者看着光盘演示一遍,跟着光盘练习一遍,随盘独立操作一遍,就能真正实现“三遍就会”。



丛书主要内容

本套丛书涵盖电脑初学者必需的基础知识和常用软件,以及电脑应用中常见的问题。以当前应用最广泛的软硬件产品作为主要讲解对象,能满足各种不同层次与需求的初学者。丛书包括以下12册图书:

1. 电脑入门轻松起航
2. 电脑办公轻松解决
3. Excel 2003 电子表格轻松制作
4. Photoshop CS2 图像设计轻松入门
5. Flash 8 ——轻松做闪客
6. 常用工具软件轻松掌握
7. 五笔打字轻松过关
8. 电脑上网轻松行
9. 系统安装 / 备份 / 优化 / 重装轻松实现
10. 买 / 装 / 修电脑轻松驾驭
11. 局域网组建与应用轻松上手
12. Windows XP 轻松玩转



丛书主要特色

- 形成式教学结构,易学快查

丛书各册按“内容导读”、“成果展示”、“教学目标”、“使用方法”、“巩固学习”、“评测练习”的顺序结构编写,通过“单一目标学习”、“综合目标整合”的“逐步形成课程安排方式”,





达到最佳的学习效果。内容采用“情境式举例说明”、“流程式步骤讲解”、“全图解示范”方式，以达到图文结合、快学、易学与快速查找复习知识点的目的，再辅以“概念示意图”、“补充”、“注意”、“小技巧”等补充内容使学习更深入更完整。

● 情境式教学，现学现用

了解软件功能并不困难，问题在于，不知道什么时候使用 and 应该怎样使用。因此丛书在知识点、应用点、操作点三方面，通过“应用情境解说”的方式引导学习，使读者能快速直观地理解，并将所学知识实际应用于课程练习或工作实践，达到现学现用的目标。

● 流程式全图解，马上学会

“情境式举例说明”与“成果展示图”：使学习更直观快速。

“流程式步骤解说”：一个步骤一种方法，学得更多、更完整。

“全图解示范”：直观的操作，快速的学习，可以立竿见影地做出结果。

“应用示范图解”：不止学会一种方法，而是学到多种应用。

“概念示意图”：使晦涩难懂的知识变成简单易懂。

● 双色印刷，轻松阅读

本系列丛书以舒适的蓝色标出标题重点、标示线，并搭配精美的版式设计，解决了因色彩纷繁而难以久读的问题，从而提高学习效率。

● 书盘结合，互动学习

丛书附赠功能强大、完整的多媒体教学光盘。书盘结合、内容紧扣、直观互动、有趣实用、“三遍就会”。

不需要安装教学软件：通过“视频语音教学演示”、“模拟上机与测验练习影片”、完成操作学习。例如，学习Word文字处理软件，可以在不安装该软件的电脑中，通过视频影片进行软件操作练习与测验。

实例交互练习：可缩小视频进行教学，方便打开练习文档，一边看视频一边进行操作。

学习成果记录与追踪学习：记录你学到了哪里、学了什么、评测分数，并提示您哪些课程需要加强练习。

学习评测与评测反馈：马上看分数、答错题目看解释、答完题目给您反馈意见。

● 在线支持，答疑解惑

如果您在阅读本书或使用光盘的过程中遇到问题，可以登录我们专门为本系列丛书建立的论坛 <http://www.thinkpress.com.cn>，我们将随时为您提供相关的技术支持。



丛书读者对象

本系列丛书适合电脑初学者或初学某种电脑软件的读者，也可作为各类计算机培训学校和培训机构的培训教材。

书中如有疏漏和不足之处，恳请专家和读者不吝赐教。



多媒体教学光盘使用说明

“三遍就会”系列丛书根据每一册图书的内容，设计了包含演示、互动练习、互动测验、上机练习、课后测评等多项功能的多媒体教学光盘，堪称目前市场上功能最全的教学光盘。

● 光盘运行环境

最佳运行环境	一般运行环境
P4 及以上 PC	PII 及以上 PC
256 MB 以上内存	128 MB 以上内存
52 倍速以上光驱	16 倍速以上光驱
屏幕分辨率 1024 × 768 像素	屏幕分辨率 1024 × 768 像素
Windows XP/Vista 操作系统	Windows 98/2000/XP/2003 操作系统

● 光盘操作方式

将光盘放入光驱中，电脑会自动运行光盘中的多媒体教学程序，进入主画面后即可使用。如果您的电脑无法自动运行光盘中的程序，请在“我的电脑”对话框中用鼠标右键单击光驱所在盘符，在弹出的快捷菜单中选择“自动播放”命令即可。

主画面

- ① 选择学习章节。
- ② 继续前一次的学习。
- ③ 进入“互动练习”模式。
- ④ 进入“互动测验”模式。
- ⑤ 进入“迷你模式”模式。
- ⑥ 进入选定课程的“课后测评”。
- ⑦ 进入光盘使用说明、在线服务与自动展示学习。
- ⑧ 显示学习成果。
- ⑨ 选择“练习档案”进入“上机练习”。

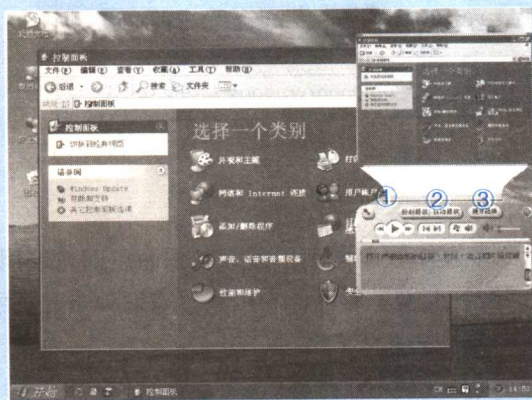


视频课程演示

- ① 进入课程的演示、练习或测验学习。
- ② 视频文件教学控制。
- ③ 视频文件语音、音乐与音量控制。
- ④ 同步显示语音解说旁白。
- ⑤ 进入“迷你模式”模式。



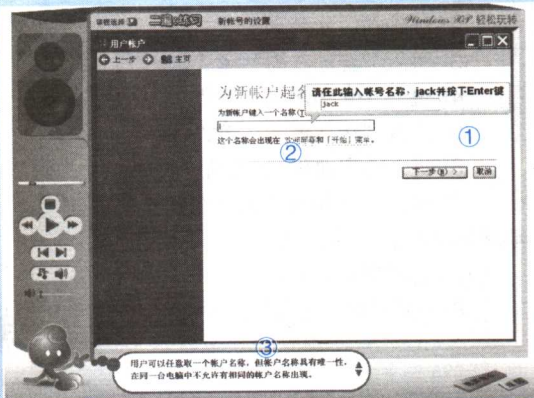
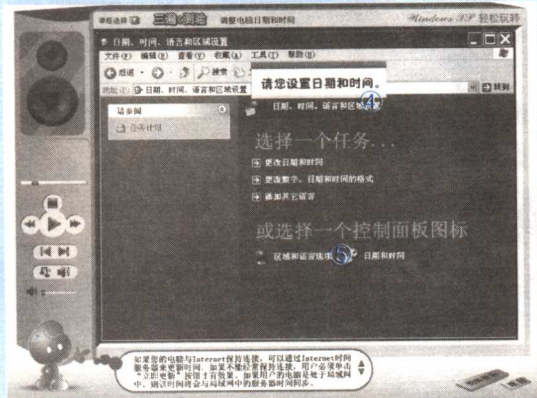
迷你模式



- ① 返回“视频课程演示”模式。
- ② 选择“控制”或“自动”播放学习模式。
- ③ 隐藏/展开视频提示小窗口。

练习与操作模式

- ① 互动视频练习操作提示。
- ② 视频画面操作。

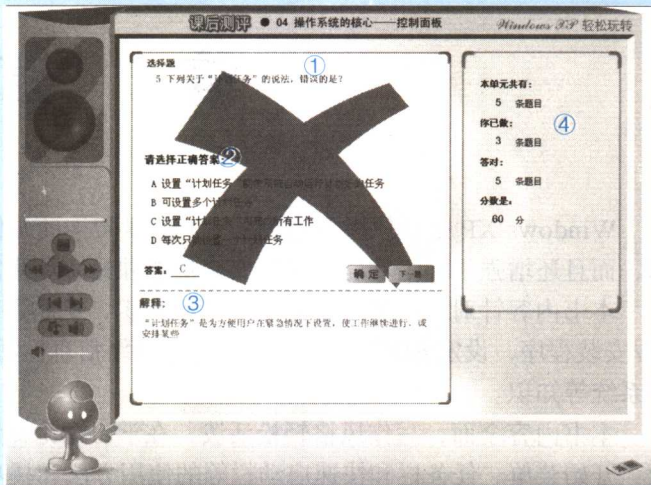


- ③ 语音说明。
- ④ 互动视频测验提示。
- ⑤ 互动视频。

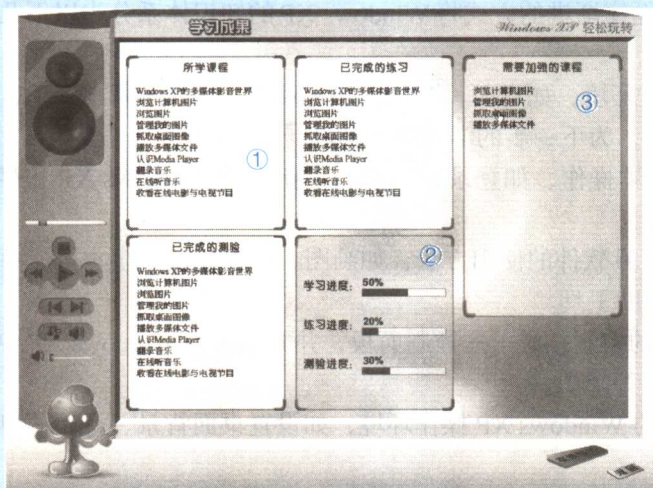


课后测评

- ① 题目。
- ② 备选答案选项。
- ③ 正确答案解释。
- ④ 测评结果。



学习成果



- ① 学习课程展示。
- ② 学习进度。
- ③ 需要加强的课程。

程序结束方法

多媒体教学光盘在运行过程中，若按下键盘左上角的〈Esc〉键，可结束当前程序。例如，在“主画面”中按下〈Esc〉键可结束程序；在“互动练习”画面中按下〈Esc〉键可返回主画面。





前 言

Windows XP 是微软以更稳定的 NT 技术架构的操作系统，它不但改良了用户的操作界面，而且还增强了网络功能、网络安全功能并具有更稳定的运行效率。

本书内容针对初学者急需了解的基础知识，从熟悉 Windows XP 的桌面环境开始，到执行/安装程序，设定 ADSL 上网，最后讲述网络信息生活、共享上网以及备份 Windows XP 操作系统等知识。

本书内容全面，写作风格轻松活泼，在学习理论知识的同时，学会 DIY 极具个性化的桌面、开始菜单、任务栏和快速启动栏等的使用方法和技巧。根据实例演示，掌握安装/卸载程序、添加打印机的步骤和方法、DIY 自己喜欢的音乐 CD 以及运用 Windows XP 自带的管理工具进行简单的系统维护与备份，并体验上网聊天、收发 E-mail、下载资料和浏览 BLOG（博客）等网络生活的乐趣。

本书共 12 章，通过由浅入深、循序渐进的方式将 Windows XP 的知识体系分为以下几个部分讲述：

第 1 章讲述了 Windows XP 的工作环境，如桌面、图标、开始菜单、窗口等基本知识，使读者对 Windows XP 有个基本的了解，为下一步的学习打下基础。

第 2 章讲述了 Windows XP 的基本操作，如登录、注销、重新启动 Windows XP 和存储文件。

第 3 章介绍了 Windows XP 自带工具软件的使用方法，如画图、计算器与记事本等，并且介绍了 Windows XP 的系统工具和协助工具。

第 4 章详细介绍了 Windows XP 的控制核心——控制面板，并介绍了在 Windows XP 中添加、删除程序与添加、删除用户帐户等知识。

第 5 章介绍了 DIY 极具个性化的 Windows XP 操作环境，如设置桌面背景、开始菜单、任务栏和快速启动的技巧。

第 6 章介绍了在 Windows XP 中进行磁盘管理等内容。

第 7、8 章介绍了、体验丰富多彩的网络信息生活与电脑病毒/黑客攻击的防范，如收发电子邮件、参加网络社区活动与网络购物、网上拍卖等入门知识。

第 9、10 章从 DIY 的角度介绍了 Windows XP 的多媒体世界，并着重介绍了制作光盘、管理图片和在线收听音乐和收看电视/电影方面的知识。

第 11 章介绍了利用 Windows XP 自带的管理工具查看系统的性能，并着重介绍了远程协助与远程桌面的知识。

第 12 章介绍了系统备份与还原的方法，如备份重要的文件资料，备份与还原系统注册表信息，使读者了解备份资料的重要性，并掌握常见的备份方法。

编 者



目 录

丛书序

多媒体教学光盘使用说明

前言

1 认识 Windows XP 的窗口环境

1.1 认识桌面	2
1.1.1 什么是桌面	2
1.1.2 桌面与图标	3
1.2 认识开始菜单	5
1.2.1 Windows从“开始”菜单开始	5
1.2.2 “开始”菜单的用途	5
1.3 窗口与应用程序	6
1.3.1 窗口	6
1.3.2 应用程序	7
1.4 巩固练习	9
1.4.1 巩固学习	9
1.4.2 评测练习	9

2 Windows XP 的基本操作

2.1 登录、注销	12
2.1.1 登录 Windows XP	12
2.1.2 注销用户	12
2.2 重新启动电脑与关机	13
2.2.1 重新启动电脑	13
2.2.2 关机	13
2.3 鼠标操作	14
2.3.1 认识鼠标的结构	14
2.3.2 鼠标的移动	15
2.3.3 鼠标的按键	15
2.4 键盘	15
2.4.1 基本操作	16
2.4.2 快捷键的使用	16
2.4.3 设置输入法	17
2.5 文件与文件夹	17
2.5.1 认识文件与文件夹	18
2.5.2 显示路径	18





2.5.3	复制文件或文件夹	19
2.5.4	移动文件或文件夹	20
2.5.5	删除文件与回收站	21
2.6	我的电脑	22
2.6.1	认识“我的电脑”	22
2.6.2	设置我的电脑查看模式	23
2.7	巩固练习	24
2.7.1	巩固学习	24
2.7.2	评测练习	25

3 Windows XP 自带的软件

3.1	自带工具软件	28
3.1.1	快速浏览 Windows XP 自带的应用程序	28
3.1.2	运行自带应用程序	29
3.2	画图、计算器与记事本	29
3.2.1	画图	30
3.2.2	计算器	34
3.2.3	记事本	35
3.3	娱乐	38
3.4	通讯	39
3.5	系统工具	41
3.6	辅助工具	43
3.7	命令提示符	44
3.8	巩固练习	45
3.8.1	巩固学习	45
3.8.2	评测练习	46

4 操作系统的核心——控制面板

4.1	认识控制面板	50
4.1.1	初识控制面板	50
4.1.2	启动控制面板	50
4.2	添加 / 删除程序	51
4.2.1	添加程序	51
4.2.2	删除程序	52
4.3	设置用户帐户	53
4.3.1	添加帐户	53
4.3.2	删除帐户	56
4.3.3	修改帐户密码	56
4.3.4	设置多人使用模式	57
4.4	设置日期与时间	58
4.5	设置区域选项	59
4.6	安装字体	63

4.7	任务计划	64
4.8	巩固练习	67
4.8.1	巩固学习	67
4.8.2	评测练习	67

5 自定义个性化的 Windows XP 操作环境

5.1	自定义工具栏	70
5.1.1	认识工具栏	70
5.1.2	移动工具栏	72
5.1.3	调整工具栏	73
5.2	自定义桌面	74
5.2.1	桌面分辨率设置	74
5.2.2	设置外观	76
5.2.3	设置桌面背景	76
5.2.4	屏幕保护程序	80
5.2.5	设置 Windows XP 的主题风格	86
5.3	自定义开始菜单	87
5.3.1	设置开始菜单	87
5.3.2	自定义开始菜单样式	88
5.4	巩固练习	93
5.4.1	巩固学习	93
5.4.2	评测练习	94

6 让硬盘更快更稳定

6.1	磁盘管理	98
6.1.1	认识计算机管理	98
6.1.2	查看磁盘分区	100
6.1.3	查看磁盘属性	100
6.2	磁盘碎片整理	104
6.2.1	磁盘分析	104
6.2.2	磁盘碎片整理程序	105
6.3	磁盘清理	105
6.3.1	磁盘清理工具	105
6.3.2	手动删除系统垃圾文件	106
6.4	巩固练习	108
6.4.1	巩固学习	108
6.4.2	评测练习	108

7 防范病毒与黑客

7.1	计算机病毒	112
7.2	杀毒软件	112





7.2.1 安装杀毒软件	113
7.2.2 在线更新病毒库	115
7.3 防火墙	116
7.4 巩固练习	119
7.4.1 巩固学习	119
7.4.2 评测练习	120

8 丰富多彩的网络信息生活

8.1 收发 E-mail	124
8.1.1 申请免费电子邮箱	124
8.1.2 设置 Outlook Express	127
8.1.3 使用 Outlook Express 收发电子邮件	130
8.1.4 设置电子邮件收发规则	131
8.2 头条新闻放在桌面上	133
8.3 网络社区	135
8.4 网络购物与拍卖	137
8.5 巩固练习	138
8.5.1 巩固学习	138
8.5.2 评测练习	138

9 Windows XP 的多媒体影音世界

9.1 浏览计算机图片	142
9.1.1 浏览图片	142
9.1.2 管理我的图片	143
9.1.3 抓取桌面图像	144
9.2 播放多媒体文件	145
9.2.1 认识 Media Player	145
9.2.2 翻录音乐	145
9.2.3 在线听音乐	147
9.2.4 收看在线电影与电视节目	149
9.3 巩固练习	150
9.3.1 巩固学习	150
9.3.2 评测练习	151

10 刻录光盘

10.1 认识刻录光盘	154
10.1.1 什么是光盘	154
10.1.2 刻录机的规格与种类	154
10.1.3 认识空白光盘	155
10.2 刻录数据光盘	156
10.2.1 设置启用光盘刻录功能	156

10.2.2 刻录我的备份文档	157
10.3 刻录音乐 CD	159
10.4 巩固练习	162
10.4.1 巩固学习	162
10.4.2 评测练习	162

11 专家眼中的 Windows XP 系统管理

11.1 认识 Windows XP 系统工具	166
11.1.1 查看系统信息	166
11.1.2 事件查看器	168
11.2 任务管理器	169
11.2.1 查看系统性能	169
11.2.2 结束正在运行的应用程序	170
11.3 远程协助	171
11.3.1 启动远程协助功能	171
11.3.2 利用 MSN 进行远程协助	174
11.4 远程登录	175
11.4.1 启动远程登录功能	175
11.4.2 连接至远程 Windows XP	176
11.5 注册表管理	177
11.5.1 认识系统注册表	178
11.5.2 管理启动自动加载的程序	178
11.6 Windows Update	180
11.6.1 认识 Windows Update	180
11.6.2 升级 Service Pack	182
11.7 巩固练习	183
11.7.1 巩固学习	183
11.7.2 评测练习	183

12 制作系统备份

12.1 认识系统备份	188
12.1.1 常见备份方式	188
12.1.2 常见备份工具	188
12.2 Windows XP 备份与还原向导	189
12.2.1 备份资料	189
12.2.2 还原资料	191
12.3 备份与还原注册表	193
12.3.1 备份注册表	193
12.3.2 还原注册表	194
12.4 备份磁盘分区	195
12.5 巩固练习	197
12.5.1 巩固学习	197
12.5.2 评测练习	198



三遍就会

认识 Windows XP 的窗口环境

1

Windows XP是一个可视化的操作系统，不论是应用程序，还是系统设置，都是以窗口的形式与用户进行交流。Windows XP的窗口清新亮丽，用户能在窗口中轻松完成各类管理与操作，因此熟悉Windows XP窗口的操作非常重要。本章将向您介绍Windows XP的窗口环境。





教学目标

- 了解 Windows XP 窗口。
- 了解 Windows XP 桌面的各组成部分及其基本作用。
- 掌握从桌面快捷方式和从开始菜单启动程序的方法。

1.1

认识桌面

桌面是电脑启动后，操作系统呈现给用户的一个界面。Windows XP 的桌面可以用来放置各种程序的快捷方式。通过双击它们便可快速启动程序。

1.1.1 什么是桌面

桌面是 Windows XP 的工作平台，在 Windows XP 中，一切的操作都可以从桌面开始，在桌面上可以看到“开始”菜单、任务栏、系统栏、快速启动栏和图标，如图 1-1 所示。

“开始”菜单：可以启动各种程序和工具。所有的安装程序都会记录到“开始”→“所有程序”菜单中，如图 1-2 所示。

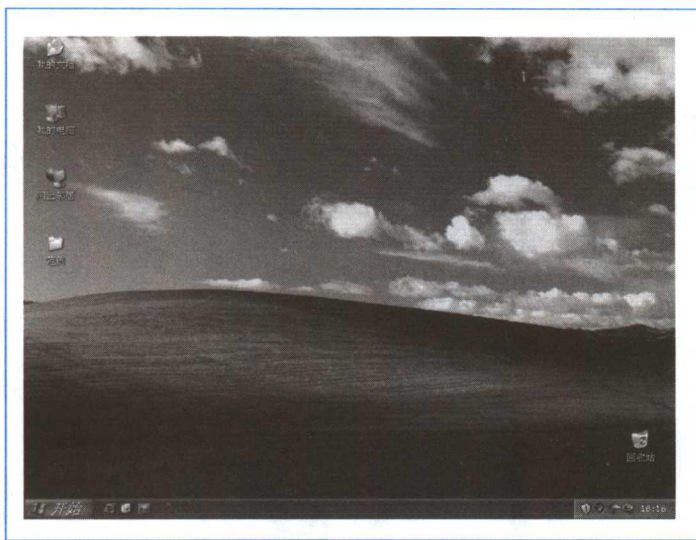


图 1-1 电脑桌面



图 1-2 “开始”菜单

任务栏：在任务栏中会显示已启动的窗口。通过鼠标单击任务栏中的项目来切换工作窗口，如图 1-3 所示。

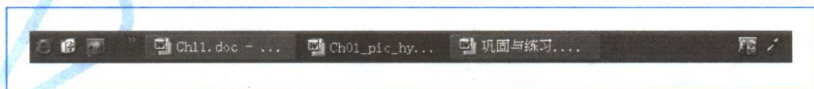


图 1-3 任务栏

系统栏：在系统栏中会显示系统的时间和启动系统时默认运行的程序图标，如图 1-4 所示。



图 1-4 系统栏



快速启动栏：单击快速启动栏中的图标，可以直接启动该图标的程序。在 Windows XP 中默认不启用，如图 1-5 所示。

图标：是放置在桌面上的一种程序快捷方式，通过双击桌面上的图标可以直接启动该图标所对应的程序窗口。在 Windows XP 操作系统中，桌面默认的图标只有“回收站”，“回收站”的作用是存放用户删除的文件，如果用户不小心误删了某个文件，可以在这里找回被删除的文件。如图 1-6 所示。

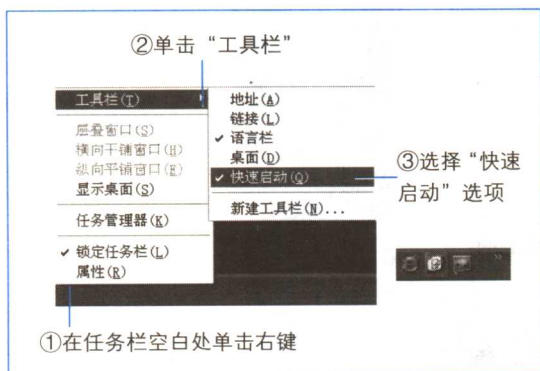


图 1-5 快速启动栏



图 1-6 回收站

1.1.2 桌面与图标

通过桌面上放置的图标可以快速启动程序窗口，但由于 Windows XP 中默认显示的图标只有一个，如果想将其他的图标也放到桌面上，可以从“开始”菜单中选择要放到桌面的图标，然后单击右键，选择“发送到”→“桌面快捷方式”命令，这样就可以将图标放到桌面，如图 1-7 所示。其方法如下：

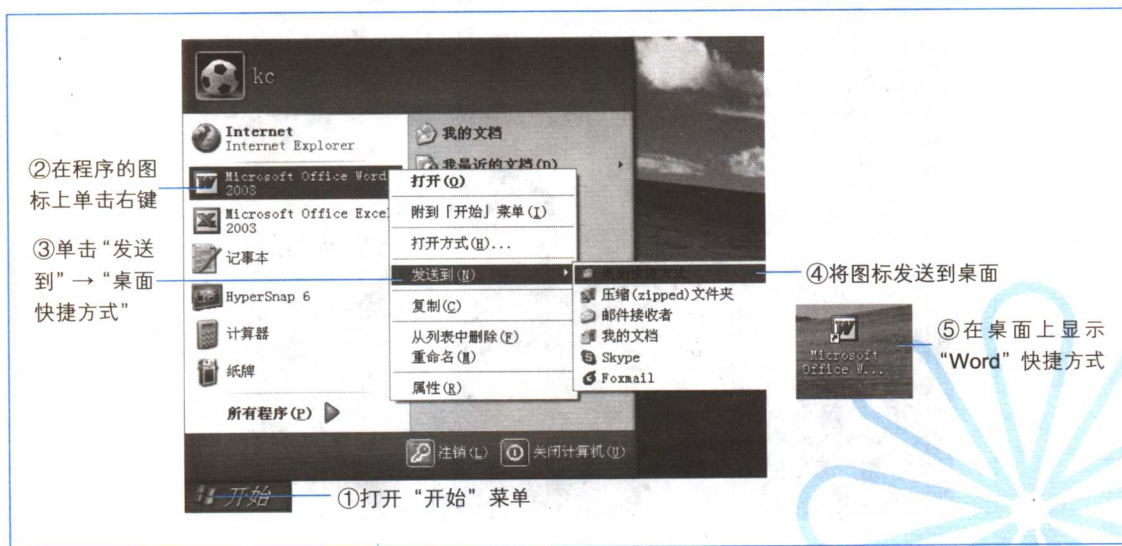


图 1-7 创建桌面快捷方式