



全国专业技术人员计算机
应用能力考试用书领导品牌

全国职称计算机考试 速成过关系列

吕岩 主编

中文 Windows 7 操作系统 考前冲刺与全真模拟



随书光盘助你轻松过关的三大保障：**手把手教学 + 模拟考试 + 免费升级题库**

安装、注册前请仔细阅读本书文前的《光盘的安装、注册及使用方法》

软件功能超强

包含**章节练习、模拟考场、题目收藏、错题复习**等四大模块，支持**一题多解**和**答案演示、提示**功能。

题库权威

精选上百道**历年真题**类型题，并可在线升级题库。除5套标准试题外，还可完全模拟真实考试，随机抽取试卷。

 **超值的售后服务，复习、考试全程无忧！** 

专业的客服团队

专业的客服团队，每天14小时以上的在线时间；可通过全国400免费电话、QQ向客服人员咨询，帮您解答与软件和考试有关的问题！



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



全国职称计算机考试 速成过关系列

中文Windows 7 操作系统 考前冲刺与全真模拟

吕 岩 主编

本书严格遵循国家人力资源和社会保障部考试中心颁布的最新版《全国专业技术人员计算机应用能力考试〈中文 Windows 7 操作系统〉考试大纲》，汇集了编者多年来研究命题特点和解题规律的宝贵经验。本书共 6 章，每章均分为“本章考点”与“经典例题”两大部分。“本章考点”对大纲规定的各个考点进行深入讲解，方便考生快速记忆难点、重点；“经典例题”详细介绍了常见考题的解题步骤。考生还可以在随书配套光盘中对各题进行同步操作练习，从而迅速提高解题能力。

随书配有全真模拟考试光盘，包含章节练习、模拟考场、题目收藏、错题复习等超强复习功能。收入上百道历年真题类型题，提供一题多解、答案自动演示和答案提示，并可免费在线升级题库。除 5 套标准试题外，还可完全模拟真实考试，随机抽取试卷。本书提供免费的 400 电话和 QQ 专业客服答疑。

本书适合希望通过考前冲刺顺利过关的全国专业技术人员计算机应用能力考试“中文 Windows 7 操作系统”科目的考生。

图书在版编目（CIP）数据

中文 Windows 7 操作系统考前冲刺与全真模拟/吕岩主编. —3 版. —北京：机械工业出版社，2016.5

（全国职称计算机考试速成过关系列）

ISBN 978-7-111-53420-4

I. ①中… II. ①吕… III. ①Windows 操作系统 - 职称 - 资格考试 - 自学参考资料 IV. ①TP316.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2016）第 066114 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：孙 业 责任编辑：孙 业

责任校对：张艳霞 责任印制：李 洋

涿州市京南印刷厂印刷

2016 年 5 月第 3 版·第 1 次印刷

184mm×260mm·10.25 印张·250 千字

0001—4000 册

标准书号：ISBN 978-7-111-53420-4

ISBN 978-7-89386-001-0（光盘）

定价：35.00 元（含 1CD）

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

网络服务

服务咨询热线：(010) 88361066

机工官网：www.cmpbook.com

读者购书热线：(010) 68326294

机工官博：weibo.com/cmp1952

(010) 88379203

教育服务网：www.cmpedu.com

封面防伪标均为盗版

金书网：www.golden-book.com

前 言

全国专业技术人员计算机应用能力考试是由国家人力资源和社会保障部在全国范围内推行的面向非计算机专业人员的考试，全部采用上机操作的考核形式。考试成绩作为评聘专业技术职务（职称）的必备条件之一。

由于非计算机专业的技术人员很难熟练掌握考试大纲的重点、难点，加之不熟悉考试环境、缺乏上机考试的经验，因此复习压力很大。本书不仅可以帮助广大考生系统掌握考试大纲规定的全部知识点，还可以迅速强化考生的上机实操及应试能力，大幅提高复习效率，节省复习时间。

一、复习方法

通过我们对考生的长期辅导，发现即使是基础较差的计算机“新手”，只要配合光盘软件逐章复习考点，并在考前冲刺阶段多做模拟试题，也能快速掌握解题技巧，在短时间内取得高分过关的复习效果。

二、无忧过关的三大保障

1. 陪练——【章节练习】上机做题一步一教

随书软件独有的“手把手”智能辅助答题系统就像一位贴心的专业陪练，一切顺利时可以忽略它的存在，一旦考生“卡”在某一步不会做，只需单击【答案提示】按钮，它就会给出下一步操作的多种方法提示，并把鼠标光标移到相应位置，然后停下来等待考生继续作答。考生还可通过观看【自动演示】对错题、难题进行强化记忆。

2. 实战——【模拟考场】助您调整到最佳考前状态

随书软件的【模拟考场】功能为您提供 10 套模拟试题，全方位精确模拟真实上机考试环境，全面覆盖历年真题题型，帮助考生在考前轻松调整到“练习就像考试，考试就像练习”的最佳状态。

3. 最新——【题库升级】保证与国家最新考题同步

随书光盘软件的【题库升级】功能可长期免费在线升级题库，时刻保持与国家最新考试题型的高度一致，即使读者推迟了考试时间，也无须再购买其他资料。

三、专业客服系统

我们拥有一支具备多年职考软件开发和客服经验的团队，将及时、准确地为读者解答光盘安装、注册、使用操作、升级等方面的所有问题。客服热线：400 - 622 - 3466、0431 - 82921622；QQ：1246741047、1194528695；客服时间：8:30—23:00；读者交流 QQ 群：186765239。

参加本书编写的人员有：吕岩、曲志刚、穆春玉、张瀚峰、宋金玲、李明旭、骆丹丹、付傅文、于心竹、陈鑫、张洪海、宫荣枢、姜云南、闫红亮、郝斯东、孙豹、刘畅、刘艳双、郭志强、吕超。

由于时间和水平有限，书中难免有疏漏和不足之处，敬请广大读者和专家批评指正。

最后祝愿广大考生通过考试并取得好成绩！

光盘的安装、注册及使用方法



随书光盘中的软件只能在一台计算机上注册、使用，一旦注册将不能更换计算机（包括不能更换计算机的任何硬件设备）。所以，读者注册前请仔细确认，并严格按照本说明进行操作。

一、安装注册

（1）在安将软件之前，用户需要将计算机屏幕分辨率调整为大于或等于 1280×768 像素。

（2）本软件适用于各种计算机的操作系统。将光盘放入光驱内，打开【我的电脑】，双击“”图标，自动打开【安装】对话框，如图1所示。

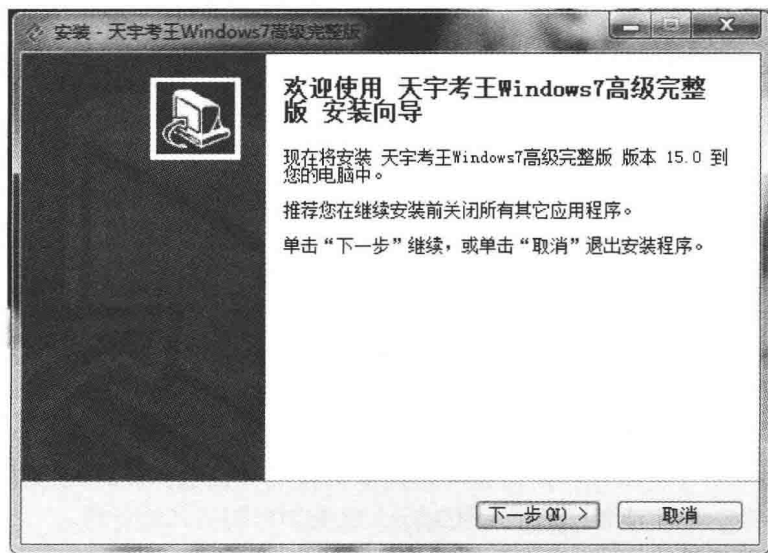


图1 安装

（3）根据提示单击【下一步（N）】按钮，选择安装路径，继续单击【下一步（N）】按钮，直至安装结束。如图2所示，单击【完成（F）】按钮，进入图3所示的【主界面】。

（4）单击【软件注册】按钮，进入图4所示的【提示界面】。单击【注册】按钮，打开【《天宇考王》用户注册协议】界面，读者请仔细阅读《天宇考王》用户注册协议，如图5所示；单击【《天宇考王》用户注册协议】界面下的【接受】按钮，打开【自动注册】界面，如图6所示。

（5）已连接网络的用户输入【用户】和【密码】；未连接网络的用户在输入【用户】和【密码】后提示选择【人工注册】按钮，单击该按钮，打开【人工注册】界面，如图7所示。

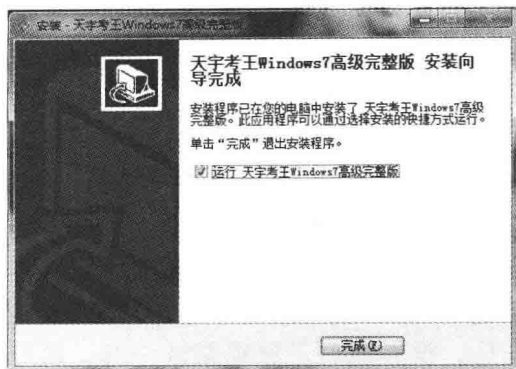


图2 完成安装



图3 主界面

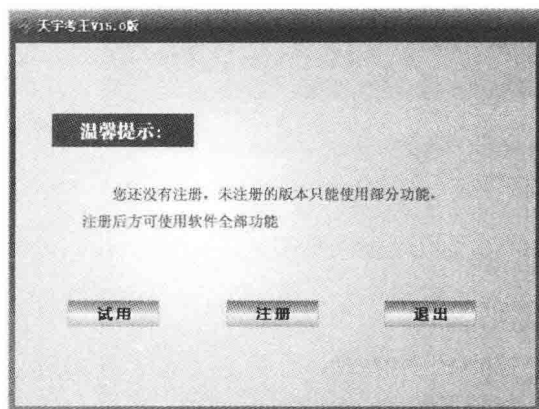


图4 提示界面

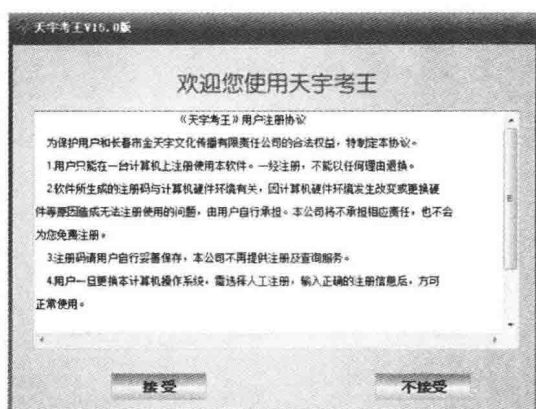


图5 【《天宇考王》用户注册协议】界面

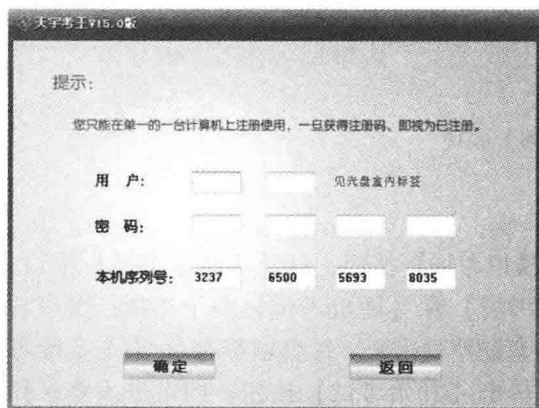


图6 自动注册界面

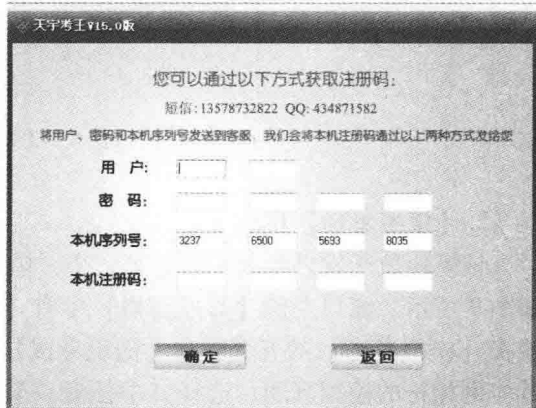


图7 人工注册界面

注册成功后, 将弹出【天宇考王】对话框, 桌面上也会自动生成名为【注册信息】的文本文件(请妥善保管, 以备在本机重新安装、注册软件的使用。重新注册时只能选择【人工注册】方式), 然后单击【确定】按钮。

二、使用方法

1. 【章节练习】模块

该模块位于软件界面左上方第二个，单击【章节练习】按钮，打开【章节练习】窗口，如图 8 所示。单击左侧【导航窗格】中的任意一章，可在界面右侧预览其对应该章的所有练习题的题目，然后单击【开始学习】按钮，弹出【题目要求】窗口。窗口的左侧将用阿拉伯数字列出该章的练习题，在窗口的右下侧有三个按钮：【自动演示】【答案提示】和【重做本题】。如果想先浏览解题过程，则可以单击任意一题，再单击【自动演示】按钮；如果想细致了解每一步骤的解题过程，则可以单击任意一题，再单击【答案提示】按钮即可；如果一道题做完后，没看明白，想重新做一遍，则可以单击【重做本题】按钮。

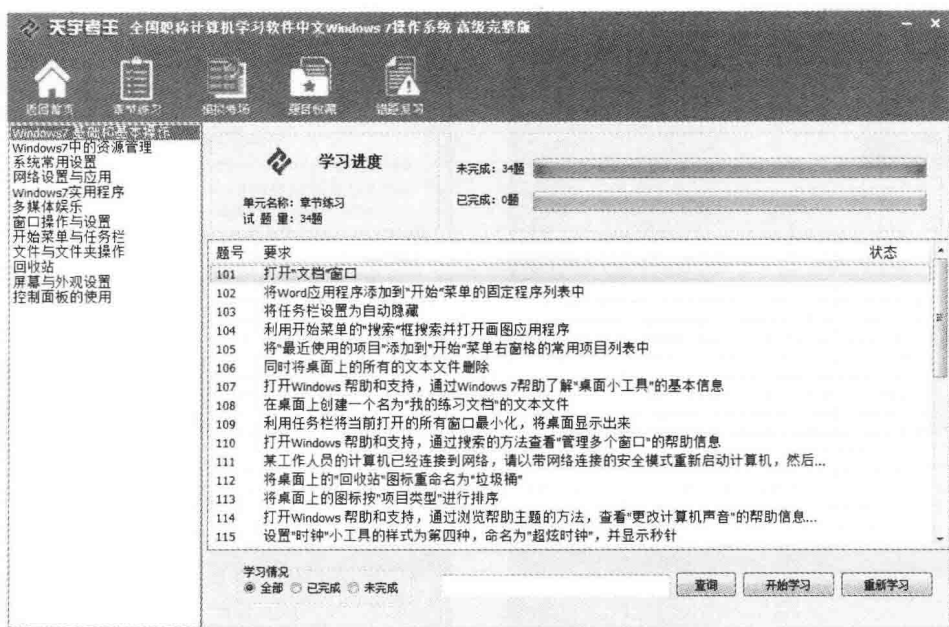


图 8 【章节练习】模块

2. 【模拟考场】模块

该模块位于软件界面左上方第三个，单击【模拟考场】按钮，打开【模拟考场】窗口，如图 9 所示。窗口左侧【导航窗格】中有【模拟考场】和【随机考试】两个选项；窗口右侧将【模拟考场】的五套题和【随机考试】的一套题罗列出来。每套题都有 40 道与实际考试体例相符的模拟真题，选择其中任意一套题，单击【开始考试】按钮，即可进入登录界面，输入相关的信息后，单击【登录】按钮，进入模拟考场。

考试界面的对话框中，提供了一些功能按钮及信息，考生可以根据实际情况进行操作，完成全部题目后，单击【考试结束】按钮，系统将自动显示出考生的答题情况，对于错题，考生可以有选择地进行练习。



图9 【模拟考试】模块

3. 【题目收藏】模块

该模块位于软件界面左上方第四个，单击【题目收藏】按钮，打开【题目收藏】窗口，如图10所示。这一模块主要是有选择地对章节练习题进行练习。单击【题目收藏】窗口上面的【章节练习】按钮，打开【章节练习】窗口，选择所需要练习题的题目，单击【开始学习】按钮，打开窗口；单击【收藏本题】，弹出一个收藏成功的信息框；单击【OK】按钮，收藏成功；单击【返回】按钮，回到【题目收藏】窗口。所选择的题号和题目就会显示在【题目收藏】窗口的版面上，以此类推，将重点选择的题目收藏完毕。选择任意一题，单击【开始学习】按钮，打开窗口，单击【答案提示】按钮，软件将陪你进行每一步骤的练习题操作。

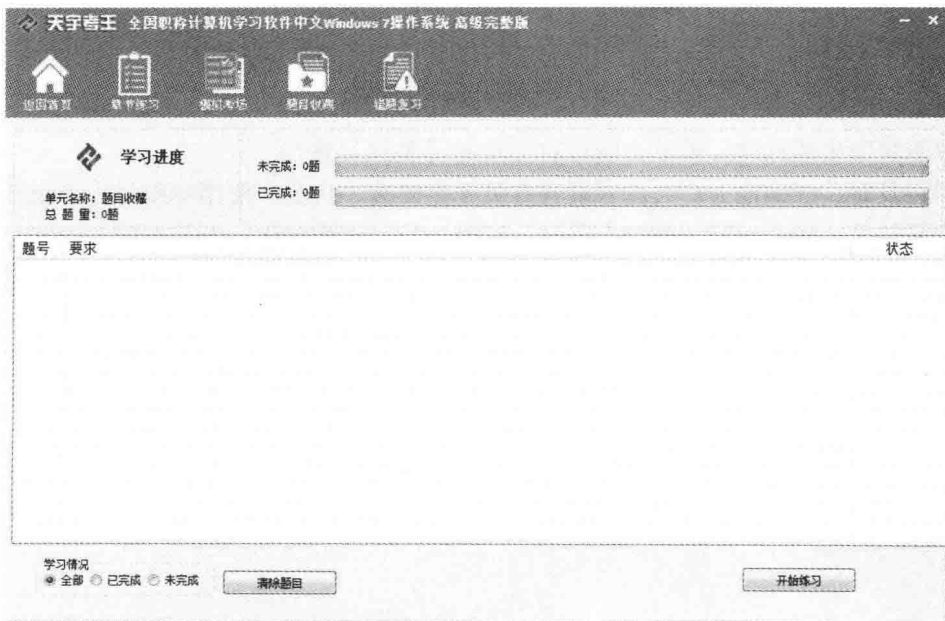


图10 【题目收藏】模块

4. 【错题复习】模块

该模块位于软件界面左上方第五个，单击【错题复习】按钮，打开【错题复习】窗口，如图 11 所示。这一模块主要是针对【模拟考试】所提供的五套题和【随机考试】的一套题，软件将考生答题过程中所出现的错题单独提取出来，以便复习。单击【错题复习】窗口上侧的【模拟考场】按钮，打开【模拟考试】窗口，对已做过的几套模拟题，单击【开始考试】按钮，进入模拟考场，单击【考试结束】按钮，在弹出的对话框中，依次单击【交卷】按钮，最后单击【是】按钮，每一套题里做错的题就会被收藏到【错题复习】模块里，选择其中任意一道错题，单击【开始复习】按钮，打开窗口，单击【答案提示】按钮，软件将指导你进行每一步骤的操作。

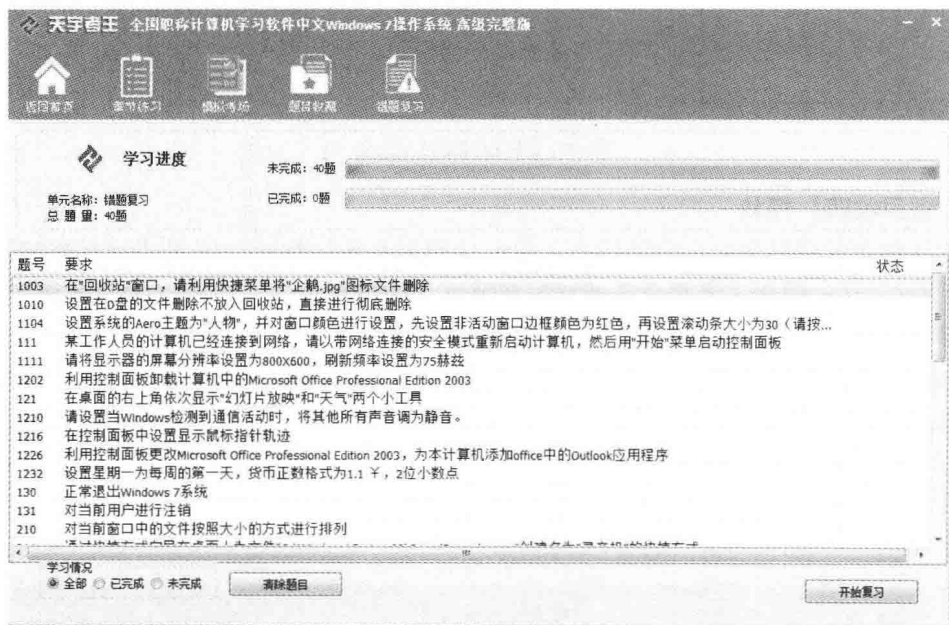


图 11 【错题复习】模块

用户需要退出软件时，可单击窗口右上角的【关闭】按钮。

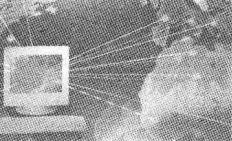
我们将及时、准确地为广大读者解答有关光盘安装、注册、使用操作等方面遇到的所有问题。客服热线：400-622-9853、0431-82921622；客服 QQ：1246741047、1194528695；电子信箱：cctianyk@163.com；客服时间：8:30-23:00；读者交流 QQ 群：186765239。

目 录

前言

光盘的安装、注册及使用方法

第 1 章 Windows 7 基础和基本操作	1
1.1 Windows 7 的启动和退出	1
考点 1 启动 Windows 7	1
考点 2 退出 Windows 7	1
考点 3 切换用户/注销/锁定	1
考点 4 进入睡眠/休眠状态	2
1.2 Windows 7 桌面图标	2
考点 5 认识桌面图标	2
考点 6 桌面图标的基本操作	2
1.3 Windows 7 任务栏	4
考点 7 认识任务栏	4
考点 8 任务栏的设置与使用	5
考点 9 设置工具栏	5
1.4 Windows 7 窗口的组成与操作	6
考点 10 窗口的组成	6
考点 11 窗口的操作	6
1.5 Windows 7 【开始】菜单的设置与使用	7
考点 12 【开始】菜单的组成	7
考点 13 【开始】菜单的使用	8
考点 14 【开始】菜单的设置	9
1.6 Windows 7 获得帮助和支持	10
考点 15 了解【帮助和支持】	10
考点 16 【帮助和支持】的使用方法	10
1.7 经典例题	11
第 2 章 Windows 7 中的资源管理	23
2.1 Windows 7 浏览资源	23
考点 1 资源管理器	23
考点 2 选定资源	24
考点 3 设置显示方式	25
考点 4 排序、分组和筛选【文件】与【文件夹】	25
考点 5 搜索【文件】或【文件夹】	26



2.2	Windows 7【文件】与【文件夹】管理	27
考点6	创建【文件】与【文件夹】	27
考点7	【文件】与【文件夹】的重命名	27
考点8	【文件】与【文件夹】的移动、复制	28
考点9	【文件】与【文件夹】的删除	28
考点10	设置【文件夹】选项及属性	29
2.3	Windows 7 磁盘管理	29
考点11	管理磁盘分区	29
考点12	磁盘维护	30
2.4	Windows 7 库	31
考点13	库和库内容组织的创建、删除	31
考点14	优化库	32
2.5	Windows 7 管理回收站	33
考点15	删除【文件】【文件夹】的还原	33
考点16	【回收站】清空	33
考点17	设置【回收站】属性	34
2.6	Windows 7 备份与恢复	34
考点18	系统备份与恢复	34
考点19	数据备份与恢复	35
2.7	经典例题	35

第3章 Windows 7 系统常用设置 46

3.1	Windows 7【控制面板】概述	46
考点1	【控制面板】的启动	46
考点2	【控制面板】的查看方式	46
3.2	Windows 7 个性化桌面设置	47
考点3	桌面背景的设置	47
考点4	窗口颜色和外观的设置	47
考点5	屏幕保护程序的设置	48
考点6	主题的设置	48
考点7	桌面小工具的设置	49
考点8	系统图标的设置	50
3.3	Windows 7 输入环境设置	50
考点9	设置鼠标	50
考点10	设置键盘	51
考点11	设置语言	51
3.4	Windows 7 输出环境设置	52
考点12	显示设置	52
考点13	打印机设置	53
考点14	声音方案设置	53

3.5	Windows 7 程序的管理	54
考点 15	程序的管理	54
考点 16	默认程序的设置	55
3.6	Windows 7 用户账户管理	55
考点 17	账户的创建/删除	55
考点 18	更改账户设置	56
考点 19	使用家长控制	57
3.7	Windows 7 其他常用设置	57
考点 20	设置系统日期和时间	57
考点 21	设置电源选项	58
3.8	经典例题	59
第 4 章	Windows 7 网络设置与应用	77
4.1	Windows 7 【局域网】 的配置与使用	77
考点 1	配置【局域网】	77
考点 2	文件共享	78
考点 3	设备共享	79
考点 4	家庭组	79
4.2	Windows 7 【因特网】 的连接与应用	80
考点 5	宽带连接	80
考点 6	连接无线上网	80
考点 7	网页浏览	81
考点 8	设置浏览器	81
4.3	Windows 7 控制远程	82
考点 9	设置远程	82
考点 10	远程桌面连接	83
4.4	Windows 7 网络安全	83
考点 11	Windows 操作中心	83
考点 12	Windows 防火墙	83
考点 13	Windows Defender	84
考点 14	Windows 更新	84
4.5	经典例题	85
第 5 章	Windows 7 实用程序	104
5.1	Windows 7 记事本	104
考点 1	文件的新建/打开/保存	104
考点 2	编辑文本	104
考点 3	编排格式	106
考点 4	设置页面	106
5.2	Windows 7 写字板	106

考点 5	写字板的窗口界面	106
考点 6	文本编辑操作	107
考点 7	字体格式的设置	107
考点 8	段落格式的设置	108
考点 9	插入操作	108
考点 10	查看文档	109
5.3	Windows 7 便笺	109
考点 11	便笺的创建/删除	109
考点 12	便笺背景色的设置	109
考点 13	格式化便笺文本	109
5.4	Windows 7 画图	110
考点 14	画图的窗口界面	110
考点 15	绘制图形	110
考点 16	编辑图形	111
考点 17	查看图形	112
考点 18	将图片设置为桌面背景	113
5.5	Windows 7 截图工具	113
考点 19	截取图形	113
考点 20	编辑截图	114
考点 21	保存截图	114
考点 22	截图工具选项的设置	115
5.6	Windows 7 计算器	115
考点 23	标准型计算器	115
考点 24	使用单位转换	115
考点 25	使用日期计算	116
5.7	Windows 7 轻松访问中心	116
考点 26	放大镜	116
考点 27	屏幕键盘	116
考点 28	鼠标及键盘工作方式的更改	117
5.8	经典例题	117
第 6 章	Windows 7 多媒体娱乐	131
6.1	Windows Media Player	131
考点 1	Windows Media Player 概述	131
考点 2	播放媒体文件	132
考点 3	播放列表的创建	133
考点 4	编辑播放列表	134
考点 5	媒体库的使用	135
考点 6	媒体文件的管理	136
6.2	Windows Media Center	137

考点 7	音乐播放	137
考点 8	图片和视频的播放	138
考点 9	电影的播放	139
考点 10	【Windows Media Center】的设置	139
6.3	Windows DVD Maker	141
考点 11	编辑刻录项目	141
考点 12	刻录参数的设置	142
6.4	经典例题	142

第1章

Windows 7 基础和基本操作

本章主要考查 Windows 7 的启动和退出、Windows 7 桌面图标、Windows 7 任务栏、Windows 7 窗口的组成与操作、Windows 7 【开始】菜单的设置与使用、Windows 7 获得帮助和支持等，共 16 个考点。

1.1 Windows 7 的启动和退出

考点1 启动 Windows 7

考试频率：★★★★★

掌握难度：★

通过以下方式可以启动 Windows 7：

- 若系统正常运行，没有对账户进行设置，可以直接登录到系统桌面上。
- 若系统设置了密码，在文本框中输入设置的密码，启动 Windows 7。
- 若系统设置了多个用户，在选择用户登录界面中，鼠标单击用户名，启动 Windows 7。

考点2 退出 Windows 7

考试频率：★★★★★

掌握难度：★

通过以下操作步骤，可以退出 Windows 7：

- 鼠标单击桌面左下角的【开始】按钮，弹出主菜单，选择【关闭】命令，退出 Windows 7。
- 若想重新启动计算机，鼠标单击【关闭】命令右侧的三角形按钮，在弹出的菜单中，单击【重新启动】命令即可。

考点3 切换用户/注销/锁定

考试频率：★★★★★

掌握难度：★

执行【切换用户】或【注销】命令的具体操作步骤如下：



(1) 鼠标单击桌面左下角的【开始】按钮，在弹出的菜单中，单击【关闭】右侧的三角形按钮。

(2) 在弹出的菜单中，选择【切换用户】或【注销】命令，进行不同的操作。

- 选择【切换用户】命令，保留当前用户操作，供其他用户登录。
- 选择【注销】命令，关闭当前用户操作中的所用程序和窗口，结束会话过程，供其他用户登录。
- 选择【锁定】命令，锁定屏幕，以防止用户离开计算机时被他人访问，用户重新登录时，会回到锁屏的工作界面。屏幕锁定后，也可以单击【切换用户】命令，供其他用户登录。

考点4 进入睡眠/休眠状态

考试频率：★★★★★

掌握难度：★★

Windows 7 除了正常关闭计算机外，还可以在单击【关闭】右侧三角形按钮弹出的菜单中，选择【睡眠】或【休眠】命令，使计算机进入两种节能状态。

- 睡眠：将当前正在运行状态的数据，保存在内存中，停止计算机硬盘和显示器等的供电，计算机只对内存供电。
- 休眠：将当前正在运行状态的数据保存在硬盘中，整台计算机完全停止供电。

1.2 Windows 7 桌面图标

考点5 认识桌面图标

考试频率：★★★★★

掌握难度：★

桌面图标是计算机应用程序、文件等资源的逻辑表示，它们被链接到其他实体对象上，就称为所链接对象的快捷方式。它包括系统图标和快捷方式图标两种：系统图标是 Windows 7 建立的图标，如桌面上的【回收站】【计算机】【网络】及用户文件，以及【开始】菜单中的【控制面板】；快捷方式图标是用户添加的图标，如桌面上带箭头标识的图标。

考点6 桌面图标的基本操作

考试频率：★★★★★

掌握难度：★

(1) 显示/隐藏图标：

在桌面的空白处单击鼠标右键，在弹出的快捷菜单中，单击【查看】命令，在弹出的

子菜单中,单击【显示桌面图标】命令,可在显示和隐藏图标之间进行切换。【显示桌面图标】命令被勾选时,显示桌面图标;取消勾选,隐藏桌面图标。

(2) 排列图标操作方法如下:

- 单击【查看】命令,在弹出的子菜单中,单击【自动排列图标】,将其选中,桌面图标将会自动排列成整齐的方式;即使再移动桌面图标,图标也会自动排列整齐。
- 单击【查看】命令,在弹出的子菜单中,单击【将图标与网格对齐】命令,取消选中“√”,桌面图标便不再受网格约束,可随意摆放。
- 单击【大图标】、【中等图标】或【小图标】,可以改变桌面图标的大小。

在桌面右键快捷菜单中,单击【排序方式】命令,在弹出的子菜单中,选择【名称】、【大小】、【项目类型】或【修改日期】选项,可按所选定的排序方式重新排列图标。

(3) 以下是可以选中多个图标的几种方法。

- 选中全部图标:按快捷键〈Ctrl + A〉。
- 选中连续的多个图标:按住并拖动鼠标,选中要移动的图标;或者单击第一个图标,按住〈Shift〉键,同时再单击最后一个图标。
- 选中不连续的多个图标:单击一个图标后,按住〈Ctrl〉键,同时对需要选择的图标依次单击即可。

选中多个图标后,用鼠标拖动其中任何一个图标,都会将这一组图标移动到目标位置。

(4) 更改图标的操作步骤:

① 鼠标右键单击图标,在弹出的菜单中,单击【属性】命令,打开【快捷方式 属性】对话框。

② 单击对话框中的【更改图标】按钮,打开【更改图标】对话框。

③ 在【更改图标】对话框中,选定一个图标,单击【确定】按钮,返回到【快捷方式 属性】对话框。

④ 单击【确定】按钮。

(5) 以下是重命名图标的几种方法:

- 对图标名称进行2次鼠标单击,使其的可编辑状态变成反相显示,这时输入新的图标名称,按〈Enter〉键确认。
- 对准图标,鼠标右键单击,在弹出的菜单中,选择【重命名】命令,图标名称的可编辑状态变成反相显示,输入新的图标名称,按〈Enter〉键确认。

(6) 创建图标。可以用以下方法在计算机桌面上创建应用程序或文件夹、文件的快捷方式:

- 鼠标双击桌面上的【计算机】,打开窗口,找到要创建快捷方式项目的位置,鼠标右键单击,在弹出的菜单中,选择【复制】命令,鼠标右键单击桌面空白处,在弹出的菜单中,选择【粘贴快捷方式】命令。
- 鼠标双击桌面上的【计算机】,打开窗口,找到要创建快捷方式项目的位置,选择要创建快捷方式的对象,鼠标右键单击,在弹出的菜单中,单击【发送到】命令,在弹出的菜单中,选择【桌面快捷方式】命令,该项目的快捷方式图标便会出现在桌