

新手

学电脑快速入门 (老年版)

神龙工作室 编著

200分钟

超长情景·互动式
多媒体教学演示

600个

经典的
电脑应用技巧



老年电脑教育专家

汇集多年教学与实战经验倾力打造



老年初学者宝典

通俗易懂的语言，丰富精彩的实例，
帮助您轻松学会电脑知识



图书与光盘完美结合



易学易用系列



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

@

易学易用系列

新手

学电脑快速入门(老年版)

神龙工作室 编著

人民邮电出版社

北京

图书在版编目(CIP)数据

新手学电脑快速入门:老年版 / 神龙工作室编著. —北京:
人民邮电出版社, 2008.1 (2008.3 重印)
(易学易用系列)
ISBN 978-7-115-17037-8

I. 新… II. 神… 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 162672 号

内 容 提 要

本书是指导老年朋友快速掌握电脑操作和应用的入门书籍。书中详细地介绍了老年人应该掌握的电脑知识、使用方法和操作步骤,并对老年人在实际使用时经常会遇到的问题进行了专家级的指导,以免老年人在起步的过程中走弯路。全书共分 10 章,分别介绍新手入门——认识电脑、进入电脑——初识 Windows XP 操作系统、让电脑个性化——设置系统环境、管理电脑中的数据——文件和文件夹、进入多彩世界——使用系统自带的小程序、让电脑输入汉字——汉字输入法、通过 Internet 进入网络世界、享受精彩的网络生活、必须掌握的几款应用软件和呵护你的电脑等内容。

本书附带一张精心开发的专业级多媒体教学光盘,它采用了全程语音讲解、情景式教学、详细的图文对照和真实的情景演示等方式,紧密结合书中的内容对各个知识点进行了深入的讲解,大大地扩充了本书的知识范围。同时在光盘中提供有 600 个经典的电脑应用技巧,相当于赠送了一本电脑应用技巧类图书,真正地实现了以实例带动讲解、图解例说、面向应用等自学效果,便于老年朋友快速上手。

本书及配套的多媒体光盘主要面向广大的老年朋友,适合老年电脑爱好者使用,也可以作为老年电脑短训班的培训教材或者学习辅导用书。

易学易用系列

新手学电脑快速入门(老年版)

- ◆ 编 著 神龙工作室
责任编辑 魏雪萍
- ◆ 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>
北京隆昌伟业印刷有限公司印刷
新华书店总店北京发行所经销
- ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 15.75
字数: 389 千字
印数: 8 001—12 000 册
- 2008 年 1 月第 1 版
2008 年 3 月北京第 2 次印刷

ISBN 978-7-115-17037-8/TP

定价: 29.80 元(附光盘)

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

反盗版热线: (010)67171154

前言

本次推出的《易学易用》丛书是对原全国优秀畅销书《易学易用》丛书的全新改版,新版丛书在保留原版特色的同时又增加了许多新的功能,以满足广大读者的实际需求。

● 丛书主要内容

本套丛书涵盖了电脑应用的常见领域,在涉及到软硬件时都是以大家经常使用的版本为主要的讲述对象,在必要的地方也兼顾了软硬件的其他版本,以满足不同读者的需求。本套丛书主要包括以下图书。

《新手学电脑》	《新手学电脑家庭应用》
《新手学电脑办公》	《新手学电脑办公应用》
《新手学上网》	《新手学上网常见问题解答》
《新手学五笔打字》	《新手学修改 BIOS 与注册表》
《新手学 Windows XP》	《新手学 Windows XP 常见问题解答》
《新手学电脑急救与数据恢复》	《新手学电脑故障诊断与排除》
《新手学电脑常见问题解答》	《新手学电脑办公常见问题解答》
《新手学处理数码照片》	《新手学建网站》
《新手学组建局域网》	《新手学 Dreamweaver 制作网页》
《新手学使用笔记本电脑》	《新手学制作网页常见问题解答》
《新手学 Flash 动画制作》	《新手学 AutoCAD 辅助绘图》
《新手学 Photoshop 图像处理》	《新手学安装与卸载多操作系统》
《新手学电脑组装与维护》	《新手学 CorelDRAW 图形图像制作》
《新手学安装与重装系统》	《新手学黑客攻防》
《新手学 Excel 制作电子表格》	《新手学 Excel 常见问题解答》
《新手学 Excel 公式·函数与图表》	《新手学 PowerPoint 制作演示文稿》
《新手学移动商务办公》	《新手学电脑快速入门(老年版)》
《新手学电脑炒股》	《新手学 Windows Vista》
《新手学数码摄影》	《新手学网页制作与网站建设》
《新手学修电脑主板》	《新手学修电脑》
《新手学修硬盘》	

● 写作特色一览

❖ **双栏排版、超大容量:** 本书采用双栏排版的格式,信息量大。其中 230 多页的篇幅容纳了传统图书 300 页的内容,这样我们就能在有限的篇幅内为读者奉献更多的知识和实战案例。

❖ **买一送一、物超所值:** 随书光盘中附赠 600 个经典的电脑应用技巧,相当于赠送了一本电脑应用技巧类图书,便于读者掌握更多的知识。

❖ **一步一图、以图析文**：在介绍具体操作的过程中，每一个操作步骤后均附上对应的插图，这种图文结合的方法，便于读者在学习的过程中能够直观、清晰地看到操作的效果，易于读者理解和掌握。

❖ **双色印刷、轻松阅读**：本书采用了以黑色印刷为主，而“小提示”、“小知识”等重要知识点图标则采用红色印刷。这样，既美观大方，又突出重点和难点。

❖ **书盘结合、互动教学**：本书配套多媒体教学光盘内容与书中知识紧密结合并互相补充，扩充了本书的知识容量。

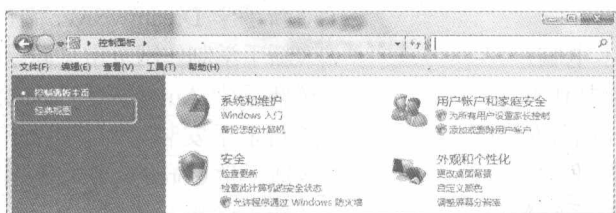
● 配套光盘扫描

本书的配套光盘是一张精心开发的专业级多媒体教学光盘，它采用全程语音讲解、情景式教学、详细的图文对照和真实的情景演示等方式，紧密结合书中的内容，对各个知识点进行深入讲解的同时又做了一定的扩展延伸。

● 光盘使用须知

如果您在 Windows Vista 中文版操作系统下使用本光盘，请在运行光盘之前关闭用户账户控制（UAC）功能，否则可能会出现报错（在 Windows XP 系统下不会出现报错现象，因此不用进行此项操作）。

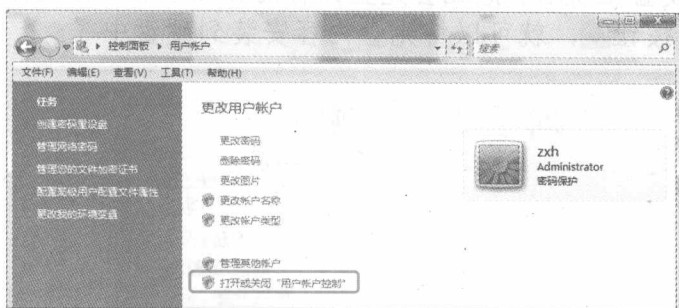
① 单击【开始】>【控制面板】菜单项，打开【控制面板】窗口。



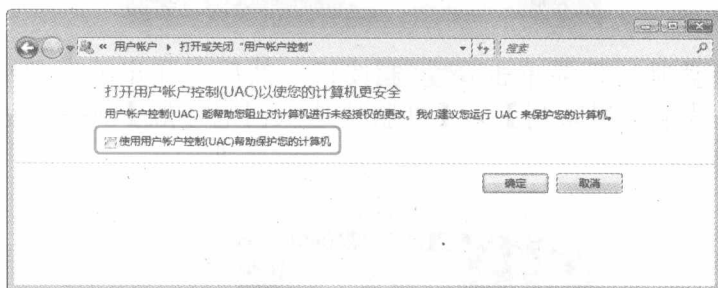
② 单击左侧窗格中的【经典视图】链接，切换到经典视图模式下，然后双击右侧窗格中的【用户帐户】图标，打开【用户帐户】窗口。



- ③ 单击【打开或关闭“用户账户控制”】链接，打开【打开或关闭“用户账户控制”】窗口。

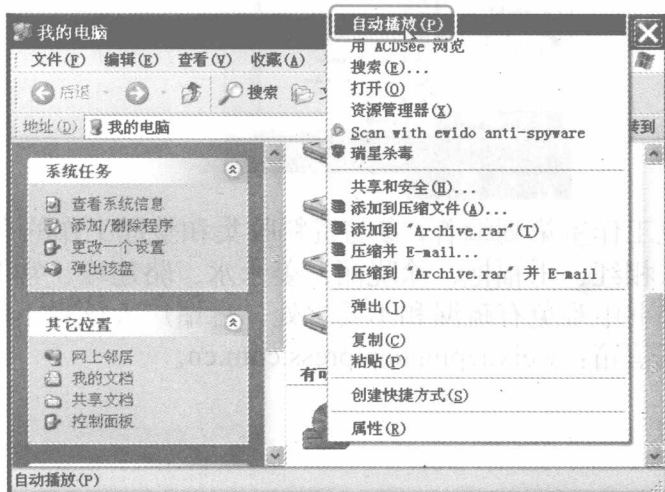


- ④ 在这里撤选【使用用户账户控制(UAC)帮助保护您的计算机】复选框，然后单击 **确定** 按钮即可完成更改。



● 配套光盘运行方法

- ① 将光盘印有文字的一面朝上放入光驱中，几秒钟后光盘就会自动运行。
- ② 若光盘没有自动运行，可以双击桌面上的【我的电脑】图标  打开【我的电脑】窗口，然后双击光盘图标 ，或者在光盘图标  上单击鼠标右键，在弹出的快捷菜单中选择【自动播放】菜单项，光盘就会运行。



- ③ 由于光盘长期使用会磨损,旧光驱读盘能力可能也比较差,因此最好将光盘内容安装到硬盘上观看,把配套光盘保存好作为备份。在光盘主界面中单击【安装光盘】按钮,就可以将光盘内容安装到硬盘中了。



- ④ 以后观看光盘时,只要单击 **开始** 按钮,然后在弹出的菜单中选择【所有程序】>【易学易用系列】>【电脑快速入门老年版】菜单项就可以了。



本书由神龙工作室策划编著,参与资料收集和整理工作的有高秀英、邓淑文、蔡玉冬、张相红、王福艳、徐晓丽、姜永水、骆建玲、宫明文、王爱等。由于时间仓促,书中难免有疏漏和不妥之处,恳请广大读者不吝批评指正。

我们的联系信箱: weixueping@ptpress.com.cn。

编者

目 录

第1章 新手入门——认识电脑.....1

1.1 电脑都能干什么.....2

1. 编辑文字.....2
2. 查看照片.....2
3. 网上看电影.....2
4. 浏览天下事.....3
5. 娱乐生活.....3

1.2 认识电脑的外观构成.....3

- 1.2.1 显示器.....4
- 1.2.2 主机.....4
- 1.2.3 键盘.....5
 1. 功能键区.....5
 2. 主键盘区.....6
 3. 编辑键区.....6
 4. 指示灯区.....7
 5. 小键盘区.....8
- 1.2.4 鼠标.....8
 1. 鼠标的外观.....8
 2. 鼠标的握姿.....9
 3. 鼠标的操作.....9
- 1.2.5 音箱.....10
- 1.2.6 摄像头.....10

1.3 熟悉电脑的基本操作.....11

1. 启动电脑.....11
2. 重新启动电脑.....11
3. 关闭电脑.....11

第2章 进入电脑——初识 Windows XP 操作系统.....13

2.1 如何登录和退出 Windows XP.....14

- 2.1.1 登录 Windows XP.....14

1. 登录没有设置密码的 Windows XP.....14

2. 登录有密码的 Windows XP.....15

- 2.1.2 退出 Windows XP.....16

- 2.1.3 注销 Windows XP.....16

2.2 了解一下 Windows XP 的画面.....18

- 2.2.1 参观桌面.....18

1. 桌面图标.....18
2. 任务栏.....19
3. 语言栏.....21

- 2.2.2 认识窗口.....21

1. 窗口的组成部分.....22
2. 窗口的操作.....23

2.3 如何设置属于自己的账户.....25

- 2.3.1 创建账户.....25

- 2.3.2 删除账户.....26

- 2.3.3 更改账户.....28

1. 更改账户名称.....28
2. 更改账户密码.....29
3. 更改账户图片.....29

第3章 让电脑个性化——设置系统环境.....31

3.1 让自己的电脑桌面更个性化.....32

- 3.1.1 变换桌面背景.....32

- 3.1.2 设置屏幕保护程序.....33

- 3.1.3 设置屏幕的分辨率.....35

- 3.1.4 设置显示器的刷新频率.....36

3.2 换一种【开始】菜单.....37

3.3 随意更改任务栏.....38

3.3.1 改变任务栏的位置	38	4.3.5 还原备份的文件	64
3.3.2 改变任务栏的大小	39	第 5 章 进入多彩世界——使用系统 自带的小程序	65
3.3.3 将任务栏锁起来	39	5.1 方便好用的附件小程序	66
3.3.4 将任务栏隐藏起来	39	5.1.1 使用画图程序在电脑中绘 画	66
3.4 让电脑的时间更准确	40	1. 认识画图程序	66
3.5 变换鼠标指针的形状	41	2. 绘制简单的图形	68
第 4 章 管理电脑中的数据——文件 和文件夹	43	3. 保存图形的类型	71
4.1 熟悉文件和文件夹	44	4. 打开绘制的图形	73
4.1.1 认识文件和文件夹	44	5.1.2 使用计算器快速计算数据	74
1. 文件	44	1. 认识计算器	74
2. 文件夹	44	2. 计算数据	75
4.1.2 查看文件和文件夹	45	5.1.3 使用记事本和写字板记录 文字	77
1. 查看文件和文件夹中的 内容	45	1. 记事本	77
2. 查看文件和文件夹的大 小	46	2. 写字板	78
4.1.3 显示文件和文件夹	47	5.2 学会使用多媒体工具	82
4.2 掌握文件和文件夹的基本操作	48	5.2.1 Windows Media Player	82
4.2.1 新建文件和文件夹	49	1. 播放音乐	83
4.2.2 重命名文件和文件夹	50	2. 播放电影	84
4.2.3 复制文件或者文件夹	51	5.2.2 录音机	85
4.2.4 移动文件或者文件夹	52	5.2.3 Windows Movie Maker	87
4.2.5 删除文件或者文件夹	53	1. 制作电子相册	88
1. 移入“回收站”	53	2. 添加背景音乐	90
2. 彻底删除	54	3. 保存电子相册	92
4.2.6 恢复文件或者文件夹	55	5.3 边玩边学——Windows 小游戏	93
4.3 了解文件和文件夹的高级操作	55	第 6 章 让电脑输入汉字——汉字输 入法	95
4.3.1 隐藏文件或者文件夹	55	6.1 认识常用的输入法	96
4.3.2 显示文件或者文件夹	57	6.1.1 语言栏和状态条	96
4.3.3 搜索文件或者文件夹	58	1. 语言栏	96
4.3.4 备份重要文件	60		

2. 状态条	97
6.1.2 常用输入法	98
1. 微软拼音输入法	98
2. 智能 ABC 输入法	98
6.2 如何添加和删除输入法	98
6.2.1 添加输入法	98
1. 添加系统自带的输入法	98
2. 添加非系统自带的输入法	99
6.2.2 删除输入法	101
6.3 输入各种不同的字符	102
1. 输入数字	102
2. 输入字母	102
3. 输入空格	102
4. 输入标点符号	102
5. 输入汉字	103
6. 输入特殊符号	106

第7章 通过 Internet 进入网络世界

7.1 上网前的热身——选择上网方式	108
7.2 认识上网工具——IE 浏览器	108
1. 如何启动 IE 浏览器	108
2. 认识界面	108
7.3 使用浏览器知晓天下事	109
7.3.1 使用地址栏浏览网页	109
1. 在地址栏中输入网址	110
2. 清除地址栏中的网址	111
7.3.2 使用链接浏览网页	111
7.3.3 使用导航按钮浏览网页	113
7.4 查找并保存所需要的信息	114
7.4.1 查找需要的信息	114

1. 使用搜索引擎查找信息	114
2. 使用 IE 浏览器本身的搜索功能查找信息	115
7.4.2 将喜欢的网页收藏起来	117
1. 添加收藏资料	117
2. 整理收藏夹	118
3. 删除收藏资料	120
7.4.3 将喜欢的内容保存起来	121
1. 保存整个网页	121
2. 保存网页中的图片	122
3. 保存网页中的文字	123
7.5 上不了网也可以看网页	124
7.5.1 什么是脱机浏览网页	124
7.5.2 脱机浏览网页的操作方法	124
1. 将当前网页设置为“脱机浏览”	124
2. 将收藏夹中的网页设置为“脱机浏览”	126
7.6 将网上资源下载到电脑中	127
7.6.1 使用 IE 浏览器下载	127
7.6.2 使用下载软件下载	129
1. 安装迅雷软件	130
2. 认识迅雷界面	133
3. 下载迅雷软件	134

第8章 享受精彩的网络生活

8.1 怎么与别人在网上聊天	138
8.1.1 使用 QQ 与别人聊天	138
1. 登录 QQ	138
2. 添加好友	139
3. 与好友聊天	140
8.1.2 在聊天室中与别人聊天	142

8.2 如何在网上收发邮件	144	1. 启动 Word 2003	174
8.2.1 使用浏览器收发电子邮件	144	2. Word 2003 的操作窗口	174
1. 登录电子邮箱	144	3. 退出 Word 2003	175
2. 发送电子邮件	144	9.1.2 新建 Word 文档	176
3. 接收电子邮件	146	9.1.3 输入文字	176
8.2.2 使用 Outlook Express 收发电子邮件	147	9.1.4 编辑文本	177
1. 设置电子邮件账户	147	1. 选中文本	177
2. 发送电子邮件	150	2. 修改文本内容	179
3. 接收电子邮件	151	3. 复制和粘贴文本	180
8.3 分享你的幸福——在 Blog 中写随感	152	4. 移动文本	180
8.3.1 注册博客通行证	152	9.1.5 保存 Word 文档	181
8.3.2 如何登录博客	154	1. 使用菜单命令	181
1. 通过空间地址登录	154	2. 使用工具按钮	182
2. 在博客网首页中登录	155	3. 使用快捷键	182
8.3.3 管理自己的博客	156	9.1.6 让你的文件更美观	182
1. 发表 BLOG 文章	156	1. 打开 Word 文档	182
2. 上传照片	158	2. 设置字体格式	183
8.4 网上娱乐、理财也方便	159	3. 设置段落格式	184
8.4.1 告别磁带——上网听音乐	159	4. 填充背景	185
8.4.2 告别光碟——上网看电影	161	5. 插入图片	185
8.4.3 棋牌样样有——上网玩游戏	162	6. 添加艺术字	187
8.4.4 网上理财——炒股	166	9.2 在电脑中欣赏图片	188
1. 查看股票信息	166	9.2.1 认识看图软件——ACDSee	189
2. 模拟炒股	168	9.2.2 在 ACDSee 中欣赏图片	189
第 9 章 必须掌握的几款应用软件	173	9.2.3 让你的照片更漂亮	190
9.1 如何使用 Word 软件写随感	174	1. 裁剪照片	190
9.1.1 认识 Word 软件	174	2. 曝光调整	191
		3. 设置图片特效	193
		9.3 使用哪种软件播放音乐和电影	194
		9.3.1 使用“千千静听”播放音乐	194
		1. 千千静听界面	194

2. 添加音乐	195	10.2 如何防范和查杀病毒	215
3. 从播放列表中删除音乐	197	10.2.1 病毒的危害有多大	215
4. 创建、保存播放列表	197	10.2.2 预防病毒的方法	216
5. 设置播放模式	199	1. 安装瑞星卡卡	216
9.3.2 使用“暴风影音”播放电影	199	2. 不能随意拷贝	219
1. 暴风影音界面	199	3. 不要浏览自动弹出的网页	219
2. 播放电影	201	4. 及时更新系统补丁	219
3. 连续播放电视剧	202	10.2.3 感染了病毒怎么办	220
4. 暴风影音的记忆功能	203	1. 判断病毒进程	220
9.4 文件大小任我变	204	2. 结束病毒进程	223
9.4.1 让大体积的文件变小	204	3. 删除病毒文件	224
9.4.2 释放压缩过的文件	205	4. 修改注册表启动加载项	224
第 10 章 呵护你的电脑	207	5. 格式化硬盘	226
10.1 如何让你的电脑高效运行	208	6. 将硬盘连接到其他电脑上进行病毒查杀	226
10.1.1 清理系统磁盘	208	10.2.4 使用杀毒软件查杀病毒	226
1. 磁盘清理	208	1. 安装杀毒软件	226
2. 碎片整理	209	2. 查杀病毒	230
10.1.2 让“兔子”帮你清理电脑	211	3. 升级病毒库	232
1. 打扫电脑中的垃圾	211	附录 电脑应用技巧 600 招	233
2. 让你的电脑跑得更快	214		

第1章

新手入门——认识电脑

小月：爷爷，您退休以后，天天在家不闷得慌吗？

爷爷：当然闷得慌了。不过没有办法啊，你们又不能天天在家陪着我。

小月：爷爷，我教您如何使用电脑吧，这样您就可以从网上找到一些乐趣了。

爷爷：真的吗？还可以从网上找到乐趣？

小月：是啊，您可以通过电脑在网上看新闻、玩游戏和炒股票等，还可以看电影。



要点导航

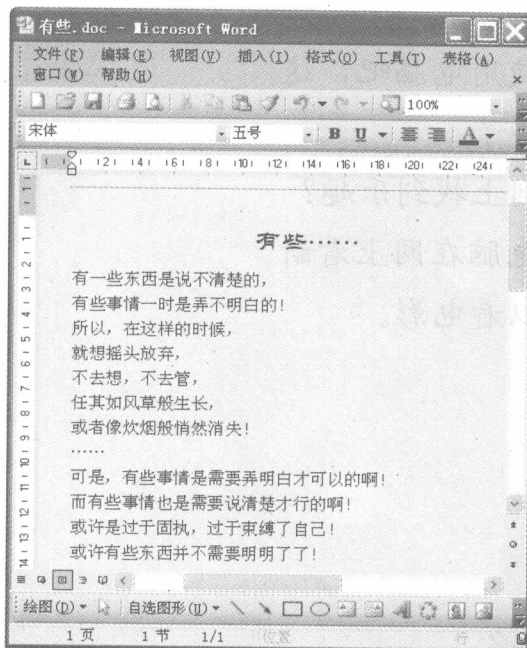
- 电脑都能干什么
- 认识电脑的外观构成
- 熟悉电脑的基本操作

1.1 电脑都能干什么

现在很多人都知道“电脑”这个名词，可是并不知道它是用来干什么的。电脑的用处可大了，它不仅可以帮助用户完成很多复杂的工作，也可以带来很多的乐趣。

1. 编辑文字

如果在一台电脑中安装了 Microsoft Office Word 以及其他的文档处理软件，那么就可以借用电脑来输入所需要的文字信息了，例如写随记、出租信息或者作一首小诗。



2. 查看照片

利用电脑可以查看数码相机或者摄像机中的照片，还可以对部分有瑕疵的照片进行处理。



3. 网上看电影

用户除了可以通过光驱观看光碟中的电影外，还可以在网上直接观看喜欢的电影。



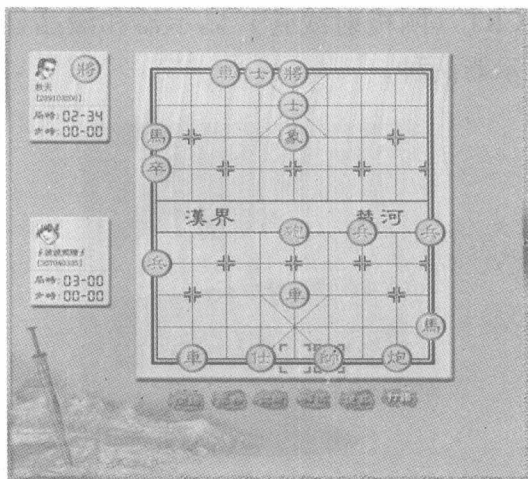
4. 浏览天下事

如今“不出门便知天下事”已不再是梦想了，用户只要将电脑连接到 Internet 上，就可以在网上看新闻、查询股市信息、购物以及和别人聊天等。



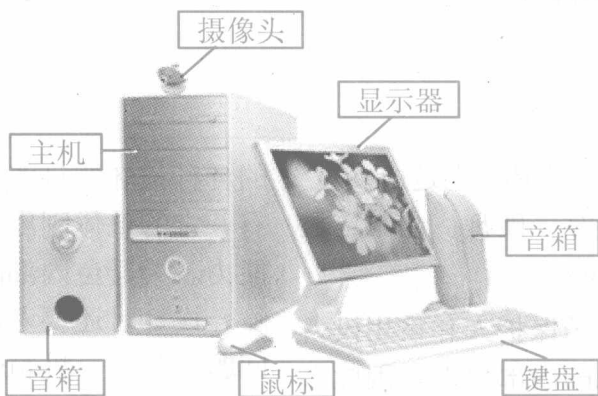
5. 娱乐生活

利用电脑不仅可以工作和学习，还可以进行娱乐活动，例如听音乐和玩游戏等，这样可以为自己的生活添加更多的乐趣。



1.2 认识电脑的外观构成

在使用电脑进行各种操作之前，还应该对电脑的外观构成有一个全面的认识。许多初学者因不了解电脑的外观构成，因此常常错把显示器当做了电脑。下面就来介绍一下电脑的外观构成，主要包括显示器、主机、键盘和鼠标，家用电脑一般还配有音箱和摄像头等。



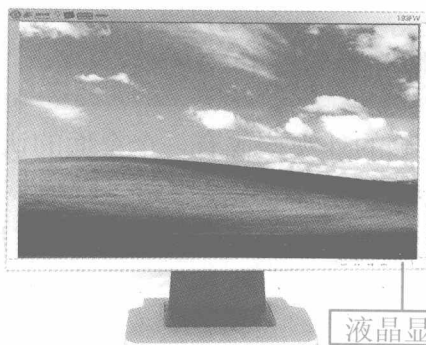
1.2.1 显示器

显示器是电脑的主要输出设备，用于显示电脑输出的字符和图形、图像等。在日常的工作或者学习中与电脑的对话和处理的结果，都是通过显示器显示出来的，但它不会影响电脑的主要性能。

目前市场上流行的显示器主要分为CRT（阴极射线管）显示器和液晶显示器两种。



纯平显示器



液晶显示器

从纯平显示器或者液晶显示器的图片中可以看出，在显示器的下方或者一侧一般有几个按钮，用来调整显示器的明亮度、色温、语言以及画面的水平和垂直位置。

从外观上看，纯平显示器的个头比较大，适合于专业绘图和图片处理的应用，价钱比较便宜；而液晶显示器体积小、厚度薄、重量轻、耗能少、无电磁辐射、画面无闪烁、能避免几何失真和抗干扰，虽然价格相对来说比较高，但还是受到了广大业主和家庭用户的青睐，已成为当前市场上畅销的主流产品。

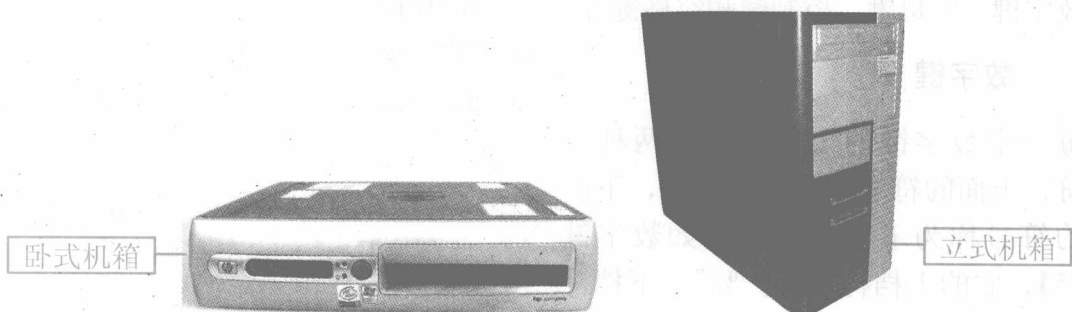
1.2.2 主机

主机是整个电脑的主体，它是由机箱、主板、CPU、内存、硬盘、光驱、显卡和声卡等组成的。

主机机箱就像房子保护人和家用设备一样保护着主机的内部组件，因此必须做得坚固和严密。有的时候机箱需承受显示器的重压、运输以及使用中

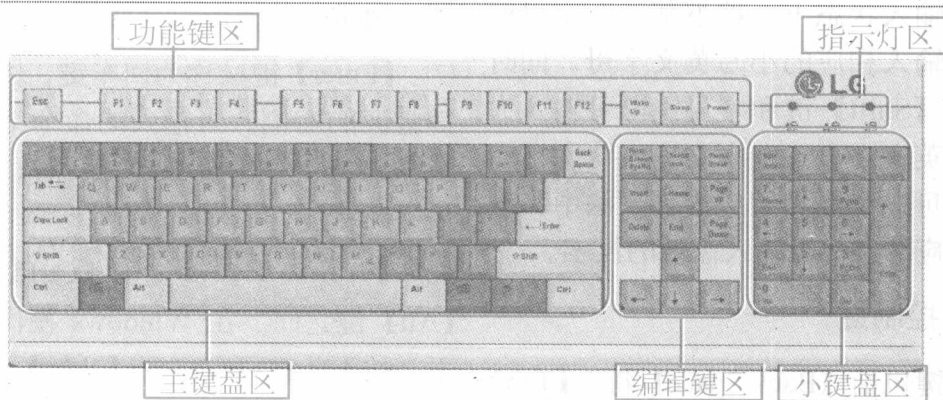
的种种损坏的可能，因此它还必须具有一定的整体刚度、抗冲击和抗变形能力。为避免内部温度过高而发生故障，设计时还要考虑解决通风和散热问题。另外，机箱还可以避免外界电磁场对主机的干扰以及主机对外界和人体的电磁辐射。

机箱从外观上分为卧式和立式两种,但是它们的功能却是一样的。从外观上看,卧式机箱显得乖巧一些,而立式机箱则有利于散热,因此成为了目前市场上比较流行的一种机箱。



1.2.3 键盘

键盘是电脑最基本的输入设备,它可以将用户需要的信息输入到电脑中,所以键盘也是用户和电脑交流的主要工具。键盘的样式有很多种,目前比较常用的有 104 键和 107 键键盘。下面以 107 键键盘为例介绍一下键盘的组成部分:功能键区、主键盘区、编辑键区、指示灯区和小键盘区。



1. 功能键区

功能键区位于键盘的最上方,包括【Esc】键、【F1】至【F12】键、【WakeUp】键、【Sleep】键和【Power】键共 16 个键。其中【Esc】键主要用于终止某一种程序的运行或者退出当前环境,【F1】至【F12】键中的各个

键在不同的软件中作用也各不相同,按下【Sleep】键可以让电脑进入“睡眠”状态,【WakeUp】键则是将电脑从“睡眠”中唤醒,按下【Power】键则可以关闭电脑。