

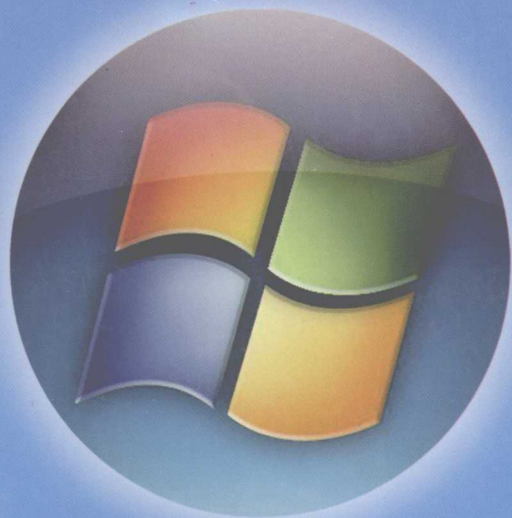


全国职业技能教育推荐用书
金企鹅计算机畅销图书系列



精彩的教学课件与视频演示

精品教程



Windows Vista 基础与应用

丁永卫 主编



- 引入世界最新教学理念，特别适合作为教材
- 由浅入深，循序渐进，图示丰富，极易上手
- 以应用为导向，以实际操作为手段，即学即用
- 精讲Vista基本操作、程序使用、文件管理、账户控制
- 办公和数码设备、电子相册制作、DVD视频刻录
- 电影制作与播放、玩游戏、电脑上网、组建有线和无线网
- 电脑安全、病毒排除、硬盘分区、重装Vista，一样都不能少……
- 精彩的课件及视频演示，专家示范，多媒体教学
- 融入大量电脑操作不传之秘
- 选择本书，你就是明天的电脑操作高手

航空工业出版社

TP316.86/174D

2008



金企鹅计算机畅销图书系列

全国职业技能教育推荐用书

Windows Vista 基础与应用 精品教程

北京金企鹅文化发展中心 策划

丁永卫 主编

航空工业出版社

北京

内 容 提 要

Windows Vista 是目前流行的电脑操作系统。本书以 Windows Vista 的功能和实际应用为导向,循序渐进地介绍了操作电脑,以及 Windows Vista 的使用方法。全书共 15 章,其内容涉及 Windows Vista 中的基本操作、文件与文件夹的管理、应用程序的管理与应用、办公和数码设备的应用、制作电子相册和电影、电脑上网、网上工作和生活,以及电脑的优化与维护、系统的安装与恢复等。

本书结构合理,语言简洁、准确,内容详略得当,既包括 Windows Vista 的基本应用,也包括一些流行的电脑时尚应用,如电脑与手机、数码相机之间传输文件,网上购物,网上开博客等。

本书非常适合作各大中专院校和培训学校的教材,也可供电脑初学者和电脑爱好者阅读。

图书在版编目(CIP)数据

Windows Vista 基础与应用精品教程 / 丁永卫主编.

北京: 航空工业出版社, 2008. 6

ISBN 978-7-80243-150-8

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 076883 号

Windows Vista 基础与应用精品教程

Windows Vista Jichu Yu Yingyong Jingpin Jiaocheng

航空工业出版社出版发行

(北京市安定门外小关东里 14 号 100029)

发行电话: 010-64815615 010-64978486

北京市科星印刷有限责任公司印刷

全国各地新华书店经售

2008 年 6 月第 1 版

2008 年 6 月第 1 次印刷

开本: 787×1092

1/16

印张: 20.25 字数: 505 千字

印数: 1—5000

定价: 32.00 元

卷首语

亲爱的读者朋友，衷心感谢您的支持。“精品教程”计算机系列图书自推出以来，已成为计算机图书市场上的畅销书。任何产品的畅销都不是偶然的，这套丛书之所以能获得您的认可，说明我们为这套图书付出的所有努力都是值得的。

无论是计算机本身还是各种计算机软件，它们都只是一个工具，其目的都是为了提高工作效率，改善我们的生活品质，有效地节约资源。因此，计算机教育的目的应该是：如何让大众花费最少的时间，让计算机为我所用。例如，如何根据自己的目的，选择合适的计算机软件，学习软件中最实用的部分，从而最大限度地节约时间，提高工作效率。



本套丛书的特点

我们认为，一本好书首先应该有用，其次应该让大家愿意看、看得懂、学得会；一本好教材，应该贴心为教师、为学生考虑。因此，我们在规划本套丛书时竭力做到如下几点：

- **精心选择有用的内容。**无论电脑功能多么强大，速度多么快，但它终归是一个工具。既然是工具，那么，我们阅读电脑图书的目的就是掌握让电脑更好为我们服务的方法。就目前来讲，每种软件的功能都很强大，那么这里面哪些功能是对我们有用的，是大家应该掌握的，就需要仔细推敲了。例如，Photoshop 这个软件除了可以进行图像处理外，还可以制作网页和动画，但是，又有几个人会用它制作网页和动画呢？因此，我们在内容安排上紧紧抓住重点，只讲大家用到的东西。
- **结构合理，条理清晰，前后呼应。**大家都知道，每种知识都有其内在的体系，电脑也不例外。因此，一本好的电脑书应该兼顾这几点。本系列所有图书都有两条主线，一个是应用，一个是软件功能。以应用为主线，可使读者学有所用；以软件功能为主线，可使读者具备举一反三的能力。
- **理论和实践相辅相成。**应该说，喜欢学习理论的人是很少的。但是，如果一点理论也不学，显然又是行不通的。例如，对于初学电脑的人来说，如果连菜单、工具、快捷菜单都搞不清楚，那又如何掌握电脑呢？因此，我们在编写本套丛书时尽量弱化理论，避开枯燥的讲解，而将其很好地融入到实践之中。同时，在介绍概念时尽量做到语言简洁、易懂，并善用比喻和图示。
- **语言简练，讲解简洁，图示丰富。**这是一个信息爆炸的时代，每个人都希望花最少的时间，学到尽可能多的东西。因此，一本好的电脑书也应该尽可能减轻读者的负担，节省读者的宝贵时间。
- **实例有很强的针对性和实用性。**电脑是一门实践性很强的学科，只看书不实践肯定是不行的。那么，实例的设计就很有讲究了。我们认为，书中实例应该达到两个目的，一个是帮助读者巩固所学知识，加深对所学知识的理解；一个是紧密结合应用，让读者了解如何将这些功能应用到日后的工作中。
- **融入一些典型实用知识、实用技巧和常见问题解决方法。**对于一些常年使用电脑的人来说，很多技巧可能已不能称为技巧，某些问题可能也不再是问题。但对于初次接触电脑或者电脑使用经验有限的人来说，这些知识却非常宝贵。例如，很多读者

尽管系统学习了 Photoshop, 但仍无法设计出一个符合出版要求的图书封面, 因为他根本不知道图书开本、书脊、出血是什么意思。因此, 我们在各书中都安排了很多知识库、经验之谈、试一试等内容, 从而使读者在学会软件功能的同时, 还能掌握一些实际工作中必备的基本知识和软件应用技巧。

● **精心设计的思考与练习。**要检查学习成果, 靠的就是思考与练习。因此, 思考与练习题的设计也是非常讲究的。本套丛书的“思考与练习”并不像市面上某些图书一样不负责任, 随便乱写几个, 而都是经过精心设计, 希望它们真正起到检验读者学习成果的作用。

● **提供完整的素材与适应教学要求的课件。**读者在学习时要根据书中内容进行上机练习, 完整的素材自然是必不可少的。此外, 如果希望用作教材, 一个完全适应教学要求的课件也是必须的。

● **很好地适应了教学要求。**本套丛书在安排各章内容和实例时严格控制篇幅和实例的难易程度, 从而照顾教师教学的需要。基本上, 教师都可在一个或两个课时内完成某个软件功能或某个上机实践的教学。

另外, 我们在策划这套丛书时, 还走访了众多学校, 调查了大量的老师和学生, 详细了解了他们的需要, 然后根据调查所得的数据确定各书的内容和写作风格。最后聘请具有丰富教学经验的一线教师进行编写。



本书读者对象

本书非常适合作为高职高专相关专业和电脑短训班的教材, 也可作为电脑新手及广大电脑爱好者的手中读物。



本书内容安排

第1章: 引导电脑初学者入门。介绍了电脑系统的用途与组成, 鼠标的使用, 以及 Windows Vista 工作界面的组成。

第2章: 介绍了 Windows Vista 中的基本操作, 包括 Windows Vista 窗口、菜单和对话框的组成与操作, 任务栏的设置与应用, 键盘操作, 以及中文输入法的使用。该章是学好电脑操作的基础, 需重点掌握。

第3章: 介绍了电脑的个性化设置, 如更换电脑桌面、启用 Windows Vista 的 Aero 特效、使用与设置 Windows 边栏工具等。

第4章: 介绍了管理文件与文件夹的方法。任何一台电脑中都保存有很多文件, 如何浏览、打开和编辑文件与文件夹是每一个电脑用户每天都必须面对的问题, 这也本章介绍的重点。

第5章: 介绍了安装、使用、管理和卸载应用程序的方法, 还介绍了如何安装中文输入法和字体。我们操作电脑, 其实就是和安装在 Windows Vista 中的各种应用程序打交道, 本章通过介绍多个应用程序的安装与使用, 使读者领会应用程序的使用技巧。

第6章: Windows Vista 是个多用户操作系统。通过为电脑设置用户账户, 可以让多个人共用一台电脑, 且各自之间互不影响, 如果您是管理员, 还可以监控其他用户的电脑操作。

第7章：介绍了办公和数码设备的应用，包括打印机、U 盘、手机、数码相机和刻录机等。

第8章：介绍了使用 Windows 照片库查看和管理数码相片的方法，以及使用 Windows DVD Maker 制作电子相册的方法。

第9章：介绍了 Windows Vista 的娱乐功能，如听音乐、看电影和玩游戏，如果您有兴趣，还可以根据本章的内容制作属于自己的影片。

第10章：介绍了电脑连接 Internet 的方法，以及如何创建小型局域网和无线局域网，并共享和使用网络中的资源。

第11章：介绍了网上冲浪所用到的操作，如网上看新闻，查找网上信息，收藏网页，下载网上资源等。

第12章：介绍了网络在我们的工作和生活中的应用，包括收发电子邮件，网上预订，网上买卖商品，网上炒股等。

第13章：如今人们最关心的便是电脑的安全性。本章介绍了杀毒软件的安装与使用，防火墙的设置等保护电脑的操作，防止电脑资料泄密，银行账号被盗等问题的出现。

第14章：电脑也需要我们的关心和爱护。本章介绍了如何定期对电脑进行优化与维护，让其更高效地为我们服务。

第15章：介绍了 Windows Vista 的安装、备份与还原，以及硬件驱动程序的安装与管理。用户在使用电脑的过程中，难免会出现各种问题，所以掌握本章的内容便显得很关键。



本书课时安排建议

章节	课时	备注
第1章	2 课时	本章简单讲解，最好上机操作
第2章	3 课时	全章都重点讲解，最好上机操作
第3章	2 课时	本章简单讲解，最好上机操作
第4章	4 课时	全章都重点讲解，最好上机操作
第5章	4 课时	全章都重点讲解，最好上机操作
第6章	2 课时	全章都重点讲解，最好上机操作
第7章	2 课时	本章简单讲解
第8章	2 课时	本章简单讲解，最好上机操作
第9章	2 课时	本章简单讲解，最好上机操作
第10章	3 课时	全章都重点讲解
第11章	4 课时	全章都重点讲解，最好上机操作
第12章	2 课时	本章简单讲解
第13章	3 课时	全章都重点讲解
第14章	2 课时	全章简单讲解，最好上机操作
第15章	3 课时	全章都重点讲解
总课时	40 课时	



本书附赠光盘内容

本书附赠了专业、精彩、针对性强的多媒体教学课件光盘，并配有视频，真实演绎书中的每一个实例的实现过程，非常适合老师上课教学，也可作为学生自学的有力辅助工具。



本书的创作队伍

本书由北京金企鹅文化发展中心策划，丁永卫主编，并邀请一线计算机专家参与编写，编写人员有：郭玲文、白冰、姜鹏、郭燕、侯盼盼、张忠将、顾升路、贾洪亮、贾婷、朱丽静、常春英、孙志义、李秀娟等。

编者

2008. 6

本书附赠光盘目录



光盘名称	课时	章节
第1章 绪论	1课时	第1章
第2章 网络基础	3课时	第2章
第3章 局域网技术	2课时	第3章
第4章 广域网技术	4课时	第4章
第5章 网络互连技术	4课时	第5章
第6章 网络管理	2课时	第6章
第7章 网络安全	2课时	第7章
第8章 网络应用	2课时	第8章
第9章 网络工程	2课时	第9章
第10章 网络规划	3课时	第10章
第11章 网络实施	4课时	第11章
第12章 网络维护	2课时	第12章
第13章 网络故障排除	2课时	第13章
第14章 网络案例	2课时	第14章
第15章 网络总结	2课时	第15章
附录	40课时	附录

Contents 目 录

第 1 章 电脑零距离

如今,我们随处都可以看到电脑,那么电脑能带给我们什么呢,如何去学习电脑呢?曾经不懂电脑的我,也产生过同样的疑问。现在,让我们揭开电脑的神秘面纱,踏上学习电脑的旅程吧……

1.1 认识电脑	1	1.3.2 鼠标的操作方法	8
1.1.1 电脑的用途	1	1.3.3 熟悉“开始”菜单	10
1.1.2 电脑的主要部件	3	1.3.4 通过鼠标指针	11
1.1.3 电脑的外设	5	查看当前操作状态	11
上机实践——观察主机	6	上机实践——浏览电脑	11
接口并连接电脑	6	中的图片	11
1.2 启动电脑——熟悉	6	1.4 正确关闭电脑	12
Windows Vista 桌面	6	1.4.1 将电脑转入睡眠	12
1.3 使用鼠标和熟悉	8	1.4.2 关闭电脑	13
“开始”菜单	8	本章小结	13
1.3.1 鼠标的把握姿势	8	思考与练习	13

第 2 章 Windows Vista 基本操作

Windows Vista 作为视窗化的操作系统,我们只需对它的各种窗口、菜单和对话框进行简单操作,便可以让它为我们服务。如果要进行编写文章、网络聊天等操作,还需要掌握键盘以及中文输入法的使用方法。没必要把电脑想得太复杂,其实,操作电脑就像使用手机一样容易……

2.1 熟悉 Windows Vista 窗口	15	上机实践——玩蜘蛛纸牌游戏	20
2.1.1 窗口的组成	15	2.3 使用任务栏	22
2.1.2 窗口的基本操作	17	2.3.1 任务栏的组成和作用	22
2.2 熟悉 Windows Vista 菜单	18	2.3.2 自定义任务栏	23
和对话框	18	上机实践——调整系统时间	24
2.2.1 使用窗口菜单	18	和声音	24
2.2.2 使用快捷菜单	19	2.4 在 Windows Vista 中输入	26
2.2.3 使用对话框	19	文字	26



2.4.1 键盘的使用	26
2.4.2 输入英文、数字与符号	29
2.4.3 中文输入法的分类及特点	30
2.4.4 输入汉字	31
2.4.5 设置输入法属性	32

上机实践——使用写字板	
写一封信	33
本章小结	34
思考与练习	34

第 3 章 打造一台个性化的电脑

想打造一台个性化的电脑吗？只需对电脑进行一些简单设置，便可以实现这一愿望，例如，将个性化的图片设置为电脑桌面，让 Windows Vista 的窗口呈现玻璃效果，在桌面添加 Windows 边栏工具……

3.1 个性化电脑桌面	36
3.1.1 更换电脑桌面	36
3.1.2 调整屏幕外观	37
3.1.3 设置屏幕分辨率和刷新频率	38
3.1.4 启用与关闭 Aero 特效	39
3.1.5 调整桌面图标位置	41
3.2 个性化 Windows 边栏	42
3.2.1 打开 Windows 边栏	42
3.2.2 添加与移除小工具	42
3.2.3 使用 Windows 边栏小工具	44

3.2.4 关闭 Windows 边栏	44
3.3 个性化“开始”菜单	45
3.4 个性化鼠标	46
3.4.1 调整鼠标移动速度	46
3.4.2 改变鼠标指针形状	46
3.4.3 调整鼠标滚轮速度	47
上机实践——打造一台	
个性化的电脑	48
本章小结	48
思考与练习	48

第 4 章 轻松管理我的文件

现实生活中，我们常编写文件、查看文件、将文件分类存档，而利用电脑进行这些操作，文件的编写速度会更快，管理更快捷、更方便……

4.1 认识文件与文件夹	49
4.1.1 认识文件	49
4.1.2 认识文件夹	51
4.1.3 认识磁盘	52
4.2 文件与文件夹基本操作	52
4.2.1 浏览文件与文件夹	52
4.2.2 打开文件的方法	54
4.2.3 设置文件的显示和排列方式	56
4.3 管理文件与文件夹	57
4.3.1 新建文件和文件夹	57

4.3.2 选择文件与文件夹	58
4.3.3 重命名文件和文件夹	60
4.3.4 移动文件与文件夹	61
4.3.5 复制文件与文件夹	62
4.3.6 删除文件与文件夹	63
4.3.7 还原被删除的文件	63
4.3.8 彻底删除文件与文件夹	64
4.4 搜索文件与文件夹	64
4.4.1 常规搜索方法	64
4.4.2 高级搜索方式	65



4.5 文件其他管理技巧	65
4.5.1 快速筛选需要的文件	65
4.5.2 隐藏和显示文件与文件夹	66
4.5.3 查看文件大小与磁盘容量	67
4.5.4 格式化磁盘	68

4.5.5 使用光盘上的文件	69
上机实践——分类存放文档 和音视频文件	70
本章小结	71
思考与练习	71

第 5 章 使用和管理应用程序

电脑之所以能为我们做很多事情, 应用程序功不可没。例如, 要写一篇文稿, 可以使用 Word 程序; 要播放影片, 可以使用 Windows Media Player 应用程序; 要与远方的朋友聊天, 可以使用 QQ 聊天程序……

5.1 认识应用程序	72
5.2 安装应用程序	73
5.2.1 应用程序的常见安装方法	73
5.2.2 安装输入法	73
5.2.3 安装字体	75
上机实践——安装办公 软件 Office 2007	76
5.3 使用应用程序	77
5.3.1 启动与退出应用程序	78
5.3.2 使用 WinRAR 压缩 解压缩文件	78
5.3.3 使用 Word 编辑文档	80
上机实践——使用 Word 制作电子贺卡	84
5.4 管理应用程序	88
5.4.1 为应用程序创建 桌面启动图标	88
5.4.2 关闭没有响应的应用程序	89
5.4.3 禁止应用程序自动运行	90

5.4.4 强制老程序正常运行	91
5.4.5 隐藏系统自带的程序	93
5.4.6 应用程序与文件的关联	94
上机实践——为影音文件 选择默认的播放器	94
上机实践——为不同类型的影音 文件选择不同的播放器	95
5.5 卸载与修复应用程序	96
5.5.1 “程序和功能”选项的作用	96
5.5.2 修复应用程序	96
5.5.3 利用“开始”菜单 卸载应用程序	97
5.5.4 利用“程序和功能” 卸载应用程序	97
5.5.5 安装与删除 Windows Vista 组件	98
本章小结	99
思考与练习	99

第 6 章 多人共用电脑的完美解决方案

每个人都向往自由, 都想拥有自己的私人空间, 使用电脑时也不例外。利用 Windows Vista 可以让多个人共用一台电脑, 并且每个人都有独立的操作环境, 大家和睦相处, 互不影响……



6.1 认识 Windows Vista	
用户账户	100
6.2 配置用户账户	101
6.2.1 创建新的用户账户	101
6.2.2 更改用户账户的 密码等设置	102
6.2.3 切换和注销用户账户	104
6.2.4 删除用户账户	105
上机实践——启用或禁用 用户账户控制	105

6.3 使用家长控制	106
6.3.1 认识家长控制	107
6.3.2 启用家长控制	107
6.3.3 控制用户登录电脑的时间	107
6.3.4 控制用户可访问的网站	108
6.3.5 控制用户可运行的游戏	110
6.3.6 查看用户活动记录	111
上机实践——锁定计算机	111
本章小结	112
思考与练习	112

第 7 章 办公和数码设备的使用

合作往往能带来双赢的结果,那么电脑与周边设备的合作呢?让我们来看看电脑与打印机、手机、数码相机等设备的合作能为我们带来什么……

7.1 打印机的使用	113
7.1.1 连接打印机	113
7.1.2 安装打印机驱动程序	114
7.1.3 使用打印机打印文档	115
7.1.4 管理打印任务	116
7.2 使用 U 盘、MP3、 手机和数码相机	117
7.2.1 使用 U 盘和 MP3 播放器	117
7.2.2 在手机和电脑间传输数据	118

7.2.3 储存和管理数码 相机中的相片	120
7.3 使用刻录机	121
7.3.1 快速刻录文件	121
7.3.2 刻录 CD 音频光盘	122
7.3.3 刻录 DVD 视频光盘	123
上机实践——使用网络 打印机打印文档	125
本章小结	125
思考与练习	126

第 8 章 数码照片处理与电子相册制作

将数码相机中的得意之作传输到电脑中,利用照片管理工具,我们可以很方便地查看、管理和编辑数码照片,如果有兴趣还可以将数码照片制作成电子相册……

8.1 获取数码照片	127
8.1.1 获取数码照片的方法	127
8.1.2 从数码相机中获取数码照片	127
8.2 查看数码照片	128
8.2.1 利用数码照片库查看	128

8.2.2 利用边栏小工具查看	130
8.3 编辑和管理数码照片	131
8.3.1 认识 Windows 照片库	131
8.3.2 设置数码照片标记	131
8.3.3 修复数码照片	132



8.3.4 打印数码照片.....	134
上机实践——制作电子相册	135

本章小结	140
思考与练习	140

第 9 章 休闲娱乐与电影制作

现在让我们放松一下心情，听听音乐，看看电影，玩玩游戏吧！如果您希望录制自己的声音，制作家庭短片，一样可以办得到……

9.1 媒体文件的播放	142
9.1.1 播放歌曲文件	143
9.1.2 播放视频文件	145
9.2 媒体文件的管理	146
9.2.1 导入媒体文件	146
9.2.2 编辑媒体文件信息	147
上机实践——制作	
自己喜爱的专辑	148
9.3 录制声音	149
9.4 导演之旅——制作影片	150
9.4.1 Windows Movie Maker	
的功能和使用条件	150

9.4.2 电影制作流程	150
9.4.3 收集和导入素材	150
9.4.4 处理视频剪辑	151
9.4.5 添加视频过渡与特效	155
9.4.6 处理声音	157
9.4.7 添加片头和片尾	160
9.4.8 保存项目和发布影片	161
9.5 玩游戏	163
9.5.1 玩扫雷游戏	164
9.5.2 玩其他游戏	165
本章小结	166
思考与练习	167

第 10 章 配置和使用网络

电脑不上网，就好像鸟儿没有翅膀一样，无法遨游在更广阔的空间中。在这里，只需安装一些上网设备，做一些简单的设置，就可以连接到 Internet，享受上网的乐趣，如果您周边有多台电脑，还可以组建一个小型网络，促进彼此的交流……

10.1 将电脑接入 Internet	168
10.1.1 申请上网方式	168
10.1.2 使用 ADSL 上网的	
硬件连接	169
10.1.3 使用 ADSL 上网的	
网络设置	170
10.2 组建和管理小型局域网	172
10.2.1 硬件连接	172
10.2.2 配置网络协议	173
10.2.3 设置工作组与计算机名称	174

10.2.4 将局域网接入 Internet	175
10.3 组建和管理无线网络	177
10.3.1 硬件连接	178
10.3.2 网络配置	178
10.3.3 加密无线网络	182
10.4 使用和共享局域网资源	185
10.4.1 查看网络状态	185
10.4.2 设置共享和发现共享资源	186
上机实践——共享文件	
和文件夹	187



上机实践——使用共享的文件	188
上机实践——共享打印机	189

本章小结	190
思考与练习	190

第 11 章 网上冲浪

有人说 Internet 像一片广阔的海洋,有人说 Internet 像一张奇异的网,你想成为什么呢?是悠游的鱼儿,还是可爱的虫儿……

11.1 打开网页的方法	191
11.1.1 认识网页、网站、网址和浏览器	191
11.1.2 通过网址打开网页	192
11.1.3 通过超级链接打开网页	192
11.2 常用浏览操作	193
11.2.1 选项卡的使用	193
11.2.2 停止和刷新网页	194
11.2.3 前进与后退	195
11.2.4 设置 IE 浏览器首页	195
11.3 查找网上信息	196
11.3.1 认识搜索引擎	196
11.3.2 查找网页	196
11.3.3 查找图片和音乐等	197
11.3.4 使用 IE 7.0 的搜索功能	197
11.3.5 为 IE 7.0 添加搜索引擎	198
11.3.6 常见搜索技巧	199
11.4 保存网页中的资料	200

11.4.1 保存网页	200
11.4.2 保存网页中的文字	200
11.4.3 保存网页中的图片	201
11.5 收藏网页	202
11.5.1 收藏喜欢的网页	202
11.5.2 整理收藏的网页	203
11.5.3 打开收藏的网页	204
11.6 下载网上资源	205
11.6.1 使用 IE 下载	205
11.6.2 使用下载工具下载	207
11.7 网页浏览技巧	209
11.7.1 查看浏览记录	209
11.7.2 清除上网操作记录	210
11.7.3 阻止广告和网页自动弹出	212
11.7.4 禁止程序自动加载到 IE 浏览器	212
本章小结	213
思考与练习	214

第 12 章 网上工作和生活

现在,让我们泡上一杯咖啡,悠闲的坐在电脑前,轻点鼠标,轻敲键盘,同远方的客户洽谈一笔生意,为远方的亲人送去一份祝福,或查看今天我们的股票又涨了多少……

12.1 收发电子邮件	215
12.1.1 申请电子邮箱	215
12.1.2 使用 IE 收发电子邮件	216
12.2 使用客户端软件收发电子邮件	219
12.2.1 创建 Windows Mail 账户	219

12.2.2 使用 Windows Mail 账户收发电子邮件	222
12.2.3 使用通讯簿储存和管理联系人	224
12.2.4 利用 Windows Mail 防范垃圾邮件	226



12.3 网络聊天	227
12.3.1 使用 QQ 聊天和传送文件	227
12.3.2 使用 MSN 聊天	230
12.4 网上开博客	233
12.4.1 认识博客	233
12.4.2 申请博客空间	233
12.4.3 打造个性化的博客空间	234
12.4.4 发表文章	236
12.4.5 管理博客空间	236

12.5 网上预订	237
12.5.1 预订飞机票	237
12.5.2 预订酒店	239
12.5.3 其他预订	240
12.6 网上商务	241
12.6.1 网上买东西	241
12.6.2 网上卖东西	242
12.6.3 网上炒股	243
本章小结	246
思考与练习	246

第 13 章 电脑安全

你的账号密码被盗过吗？你的文件被莫名其妙地篡改过吗？如今，网上充满了形形色色的病毒和木马等恶意程序，它们随时会像暴风雨一样袭来……

13.1 加密文件	247
13.1.1 认识 NTFS 文件系统	247
13.1.2 将 FAT32 文件系统 转换为 NTFS 文件系统	248
13.1.3 用 EFS 加密文件	249
13.1.4 访问加密文件	252
13.2 文件的访问权限设置	255
13.2.1 认识 NTFS 文件 系统下文件的权限	255
13.2.2 设置文件的访问权限	255
13.3 使用 Windows Defender 防范间谍软件	256
13.3.1 认识间谍软件和 Windows Defender	256
13.3.2 使用 Windows Defender 的实时保护功能	257

13.3.3 使用 Windows Defender 的手动扫描功能	258
13.3.4 设置 Windows Defender	259
13.4 使用杀毒软件查杀病毒	259
13.4.1 认识病毒和杀毒软件	260
13.4.2 获取免费的杀毒软件	260
13.4.3 使用杀毒软件查杀病毒	261
13.5 使用防火墙	263
13.5.1 认识黑客和防火墙	263
13.5.2 使用防火墙管理入站连接	263
13.6 系统更新	264
13.6.1 系统更新的重要性	264
13.6.2 配置系统更新	264
上机实践——打造 一台安全的电脑	266
本章小结	266
思考与练习	266

第 14 章 系统优化与维护

细心呵护一下心爱的电脑，它会跑得更欢快；当它偶尔生一些小病时，作为它的主人，如果懂一些诊断和治疗知识，就会避免领它去医院看病的麻烦……



14.1 利用 ReadyBoost	
提升系统性能.....	268
14.2 使用“任务管理器”	
检测系统性能.....	269
14.2.1 查看系统正在运行的程序....	269
14.2.2 查看系统正在运行	
的进程状态.....	270
14.3 常用的系统维护工具.....	271
14.3.1 使用“磁盘清理”工具	
清理垃圾文件.....	271
14.3.2 使用“磁盘碎片整理程序”	
整理磁盘碎片.....	272

14.3.3 使用“磁盘扫描”工具	
检测并修复磁盘错误.....	273
14.4 对磁盘进行动态分区.....	274
14.5 电源管理.....	277
14.5.1 认识 ACPI.....	277
14.5.2 使用电源计划.....	277
14.5.3 更改电源计划.....	278
14.5.4 创建电源计划.....	278
上机实践——检测系统性能	
和维护磁盘.....	279
本章小结.....	280
思考与练习.....	280

第 15 章 系统的安装、备份与恢复

电脑系统也难免得不治之症，如果有“大还丹”，则可以为它续命，否则就要重新安装 Windows Vista 了.....

15.1 安装前的准备工作.....	281
15.1.1 Windows Vista 的	
版本与硬件要求.....	281
15.1.2 检测电脑与 Windows Vista	
的兼容性.....	282
15.1.3 导出旧系统中的	
文件和设置.....	285
15.2 安装 Windows Vista.....	288
15.2.1 光盘启动全新	
安装 Windows Vista.....	288
15.2.2 在现有的 Windows XP 上	
升级安装 Windows Vista.....	293
15.2.3 导入旧系统中	
的文件和设置.....	294
15.3 安装与管理硬件	
驱动程序.....	295

15.3.1 安装硬件驱动程序.....	295
15.3.2 查看和管理安装的	
硬件驱动程序.....	297
上机实践——从网上下载最新	
的显卡驱动并安装.....	298
15.4 还原系统.....	300
15.4.1 创建系统还原点.....	300
15.4.2 恢复系统正常状态.....	301
15.4.3 离线恢复系统.....	302
15.5 整个计算机的备份	
与还原.....	304
15.5.1 备份磁盘分区.....	304
15.5.2 还原备份的磁盘分区.....	305
本章小结.....	307
思考与练习.....	307

第1章

电脑零距离



本章内容提要

- 认识电脑 1
- 启动电脑——熟悉 Windows Vista 桌面 6
- 使用鼠标和熟悉“开始”菜单 8
- 正确关闭电脑 12

章前导读

目前, 电脑已成为我们学习、工作和生活的必备工具。电脑所做的所有事情都离不开操作系统的支持。Windows Vista 是目前最为流行的操作系统, 在这个平台上, 我们可以进行任何工作和娱乐。本章便同大家一起认识一下电脑的作用与组成, 以及熟悉 Windows Vista 的一些基本操作。

1.1 认识电脑

1.1.1 电脑的用途

电脑可以为我们做很多事情, 例如: 处理文档、广告设计、动画制作、娱乐游戏以及上网等。

1. 处理文档

利用 Vista 中的写字板和记事本, 可以很方便地写文章, 还可以利用打印机将文章打印出来。此外, 还可以在电脑中安装其他的文档处理软件 (如 Word、WPS 等) 来处理文档, 如图 1-1 所示。



图 1-1 使用 Word 编辑文档

2. 广告设计与动画制作

使用一些图形、图像处理软件及动画制作软件 (如 Photoshop、Flash 等), 可以轻松地



制作出精美的平面作品及动画作品，如图 1-2、图 1-3 所示。



图 1-2 使用 Photoshop 制作平面广告



图 1-3 使用 Flash 制作动画

3. 辅助设计

电脑还可以辅助设计人员进行工程或产品设计。例如，利用 AutoCAD 制作工程图和机械图，利用 3ds Max 设计房屋效果图，如图 1-4、图 1-5 所示。

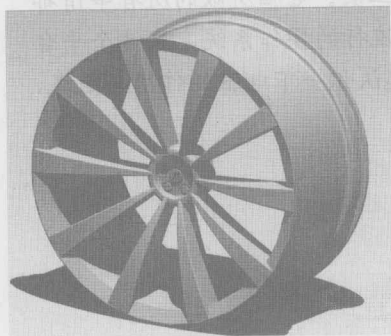


图 1-4 利用 AutoCAD 制作产品效果

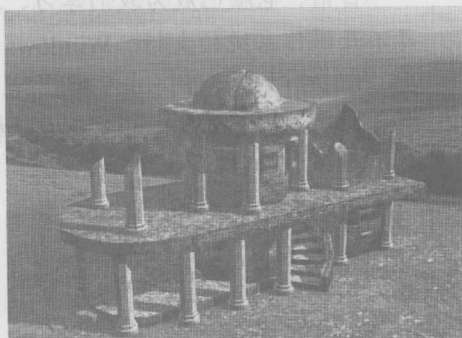


图 1-5 利用 3ds Max 制作建筑物的效果图

4. 上网

将电脑与国际互联网相连，我们就可以在网上阅读新闻、下载网上资料、进行网上购物等，还可以和远方的朋友进行“面对面”的交流，如图 1-6、图 1-7 所示。

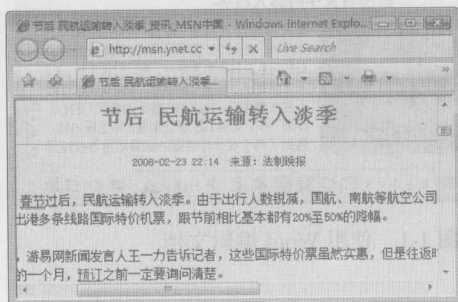


图 1-6 网上看新闻



图 1-7 网上买东西