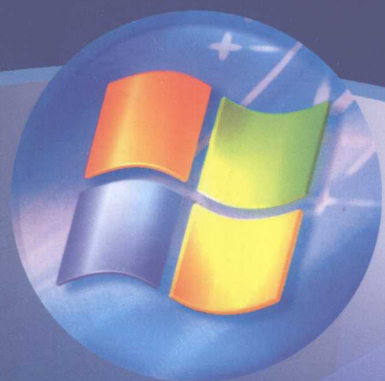




易倍思工作室 编著

WINDOWS VISTA

必学的 66 个任务

- Windows Vista的基本操作
- Windows Vista的个性设置
- Windows Vista的网络应用
- Windows Vista的性能优化
- Windows Vista的娱乐功能

上海科学技术出版社

Windows Vista 必学的 66 个任务

易倍思工作室 编著

上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

Windows Vista 必学的 66 个任务 / 易倍思工作室编著.
上海: 上海科学技术出版社, 2008.6
ISBN 978-7-5323-9401-2

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 057525 号

上海世纪出版股份有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社

(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235)

新华书店上海发行所经销

常熟市兴达印刷有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 17

字数: 370 千字

2008 年 6 月第 1 版 2008 年 6 月第 1 次印刷

印数: 1-4 250

定价: 28.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向工厂联系调换

内 容 提 要

本书以 66 个任务的方式，介绍了 Windows Vista 操作系统各种最新功能的使用与技巧。全书内容并不是教科书式地全面介绍 Windows Vista 的各种基本功能的使用，而是从应用出发，针对已经对早期 Windows 操作系统的各种基本使用方法有所了解的电脑用户。全书对重要的设置步骤都配有清晰的截图，供读者快速掌握操作要点，对理解内容有很大的帮助。读者阅读本书后，可以用最直接有效的方式学会 Windows Vista 的各种应用。

前 言

信息时代的特点就是更新快，各种新的硬件层出不穷，而软件也是不停地升级到新的版本。在 Windows XP 推出几年之后，大家终于迎来了最新的 Windows Vista 操作系统。从较早的测试版本开始，众人的目光就被其绚丽的用户界面、强大而易用的功能和神秘的新特性所吸引。在 2007 年，Windows Vista 终于揭开了神秘的面纱，许多品牌电脑都对其产品预装了 Windows Vista 系统。但对于习惯了早期 Windows 操作系统的普通用户来说，Windows Vista 的用户界面却有些陌生，各种基本功能的操作方法有不小的改变，增加的新功能的使用也不了解。而对于没用过早期 Windows 操作系统的新用户，则各种功能的使用更加摸不着头脑。

本书就是针对 Windows Vista 的各种功能应用内容而编写的，并且让读者能够以最快的速度掌握各种 Windows Vista 操作知识，本书中将一些不常用或与早期操作系统差别不大的内容加以省略，专门对各种具有特色的应用内容进行详细的介绍，配以操作步骤的截图，让读者可以清晰明了地掌握 Windows Vista 的各种应用方法。

本书通过 66 个任务详细介绍了 Windows Vista 的基础入门操作、界面外观的个性化设置、网络浏览与局域网的使用、操作系统自身的各种管理、用电脑欣赏多媒体作品、使用各种移动存储设备以及进行系统的高级配置等内容。

本书由易倍思工作室的宋建龙、姜一、芮峰编写，在编写过程中得到了许多朋友的帮助，在这里表示由衷的感谢。同时笔者水平有限，书中难免有不足之处，敬请读者朋友批评指正。

编 者

目 录

任务 1: 登录及关闭 Windows Vista	1
任务 2: 使用“开始”菜单和任务栏	4
任务 3: 使用应用程序	9
任务 4: 用资源管理器查找文件	15
任务 5: 在资源管理器中查看文件属性	20
任务 6: 使用资源管理器的视图模式	22
任务 7: 对文件进行快速预览	27
任务 8: 打开各种类型的文件	30
任务 9: 在资源管理器中删除文件	41
任务 10: 在资源管理器中复制和移动文件	45
任务 11: 安装和卸载应用程序	50
任务 12: 搜索指定的文件	61
任务 13: 运行 DOS 应用程序	66
任务 14: 个性化设置任务栏	67
任务 15: 个性化设置“开始”菜单	72
任务 16: 管理桌面图标	73
任务 17: 个性化设置外观和声音	75
任务 18: 配置资源管理器外观	83
任务 19: 配置和应用 Windows 边栏	86
任务 20: 使用 Windows Vista 的应用程序切换功能	90
任务 21: 设置及修改网卡 IP 地址	91
任务 22: 设置网络连接	93
任务 23: 设置文件共享	96
任务 24: 访问共享文件夹及映射网络驱动器	98
任务 25: 设置打印机共享	102
任务 26: IE 的启动和基本使用	106
任务 27: IE 7.0 的优化配置及个性化	109
任务 28: 安装和使用 Live Messenger	111
任务 29: 使用 Windows Mail 收发邮件	114
任务 30: Windows Mail 的垃圾邮件防护	118
任务 31: 配置和管理防火墙	120
任务 32: 配置和管理家长控制功能	122
任务 33: 使用和配置 Windows Defender	125
任务 34: 启用会议室	128
任务 35: 使用 Windows Update	132
任务 36: 添加新的用户帐户	135

任务 37: 修改或设定帐户特性.....	139
任务 38: 在两台电脑间轻松传送资料.....	141
任务 39: 安装新硬件设备.....	146
任务 40: 检测系统性能.....	149
任务 41: 执行磁盘清理优化性能.....	151
任务 42: 对系统服务进行优化.....	153
任务 43: 对系统进行减肥.....	156
任务 44: 运用 Vista 优化大师优化系统.....	157
任务 45: 文件的备份与还原.....	162
任务 46: 系统还原.....	167
任务 47: 配置索引选项.....	169
任务 48: 管理电源选项.....	171
任务 49: 使用远程桌面.....	173
任务 50: 使用远程协助.....	176
任务 51: 启动和使用 Windows 任务管理器.....	180
任务 52: 使用 Windows 照片库管理各类图片.....	182
任务 53: 使用 Media Player 11 播放多媒体.....	188
任务 54: 将 CD 翻录成音频文件.....	191
任务 55: 用截图工具进行屏幕截图.....	194
任务 56: 使用可写式光盘进行简单刻录.....	200
任务 57: 使用可擦写光盘刻录文件.....	205
任务 58: 刻录音频 CD.....	210
任务 59: 使 Media Player 与随身听同步.....	212
任务 60: 使用移动存储设备.....	219
任务 61: 输入法的安装与设置.....	222
任务 62: 组建与管理无线局域网.....	227
任务 63: 使用语音识别功能.....	238
任务 64: 用 ReadyBoost 为 Windows Vista 加速.....	245
任务 65: Windows Vista 移花接木 Windows XP 驱动程序.....	250
任务 66: 调整硬盘分区.....	253

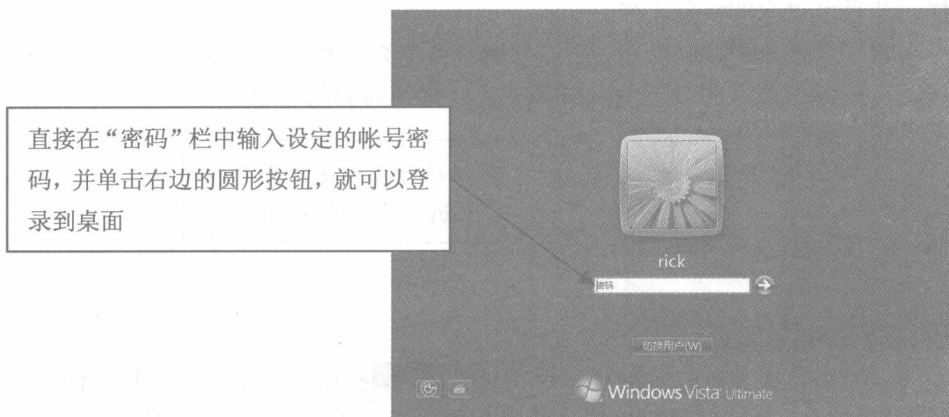


任务 1: 登录及关闭 Windows Vista

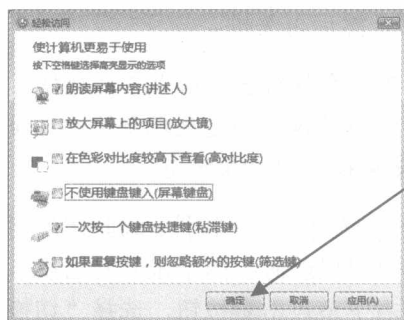
使用电脑最基本的操作是登录桌面及关闭电脑, 本小节就介绍一下 Windows Vista 的登录及关闭。安装好 Windows Vista 后, 就会显示出登录画面。

■ 登录 Windows Vista

在登录画面中, 显示的是安装时设定的用户帐号。

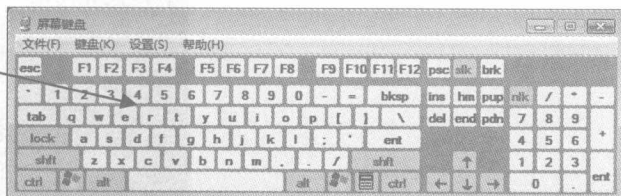


对于一些视力不好或有其他方面原因, 不能像普通人一样使用登录界面的用户, 可以用鼠标在登录画面左下角, 单击“轻松访问”按钮, 然后可以在弹出的“轻松访问”窗口中任意选择需要的易用性选项。



Tips 如果用户视力不好, 看不清界面上显示的文字内容, 可以选择“朗读屏幕内容(讲述人)”或“放大屏幕上的项目(放大镜)”项, 这样能方便了解屏幕上显示的内容。如果用户键盘有故障或有其他原因不能使用键盘, 可以按下 F4 键或选择“不使用键盘键入(屏幕键盘)”, 则屏幕上会弹出软键盘, 供用户通过鼠标完成输入操作。

通过鼠标点击软键盘, 来完成字符的输入及各种键盘操作

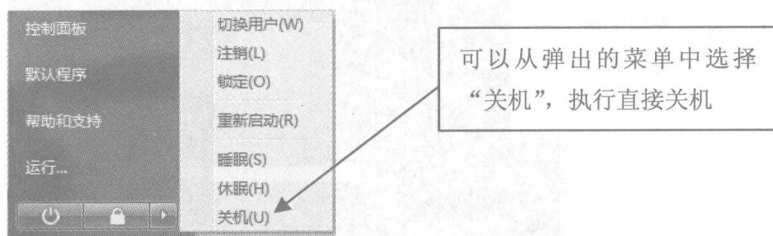




■ 关闭 Windows Vista

若要关闭电脑，请单击“开始”按钮，然后单击“开始”菜单右下角的“电源”按钮。如果当前是“睡眠”按钮，则单击此按钮时，电脑将进入睡眠状态。Windows 会自动保存当前工作，并执行关机。此时显示器将关闭，电脑风扇停止转动，而机箱外侧的一个指示灯闪烁或变黄，就表示电脑已处于睡眠状态。睡眠可算是快速关机，进入睡眠状态只需要几秒钟。而下次打开电脑时，启动将变成从睡眠中唤醒，其速度也比正常的启动快很多，将在数秒钟内被唤醒，并且在登录之后，屏幕将与先前关闭电脑时的显示完全一样，几乎可以立即恢复工作。

除了直接单击睡眠按钮，还可以通过菜单来更精确地选择关机的选项。单击“开始”按钮，在弹出菜单的右下角点击按钮，选择需要的选项。



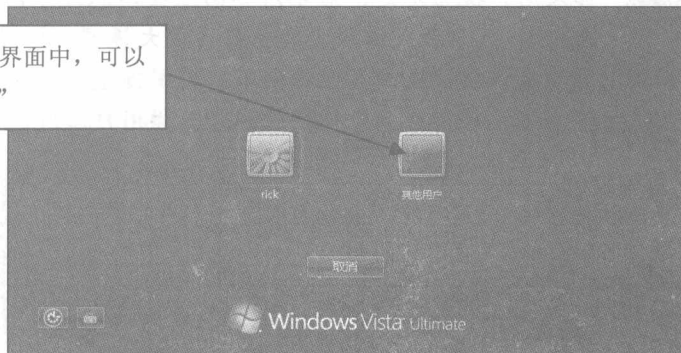
有时会发现睡眠按钮变成了“关闭”按钮，这是由于电脑硬件未提供睡眠选项，或是已经将“电源”按钮设置为始终关闭电脑（有关电源选项的设置，请参阅本书“任务 48：管理电源选项”的相关介绍）。单击此按钮时，电脑将被关闭。关闭电脑时，将关闭所有打开的程序，不会保存当前的工作，所以必须在关机前保存自己的文件。

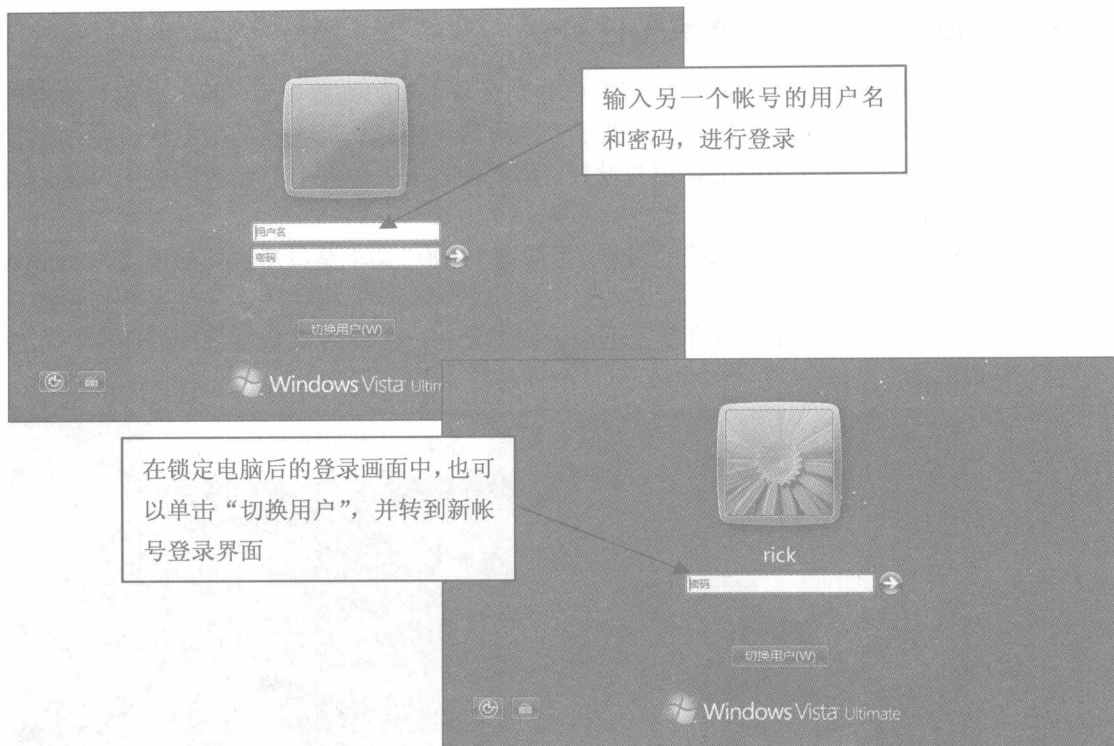
此外，当下载了系统更新程序，又没有及时安装更新程序，则在进行关机操作时，关机按钮会变成，执行关机操作时，会先安装更新程序，然后再关机。

Tips 在关机的菜单中，有“休眠”和“睡眠”两项，“休眠”会保留当前内存中的数据，因而处于“休眠”状态时耗电要大于“睡眠”状态，同时其恢复的速度也要快于“睡眠”状态。因为“休眠”是直接从内存中恢复状态，而不是从硬盘中恢复状态。

由于 Windows Vista 也具有与之前的 Windows 2000/XP 一样的多用户特性，因此在使用 Windows Vista 的过程中，还可以同时用两个帐号登录，并且可以随时在两个帐号间切换。以一个帐号登录后，单击“开始”按钮，在弹出菜单的右下角点击按钮，选择“切换用户”项。

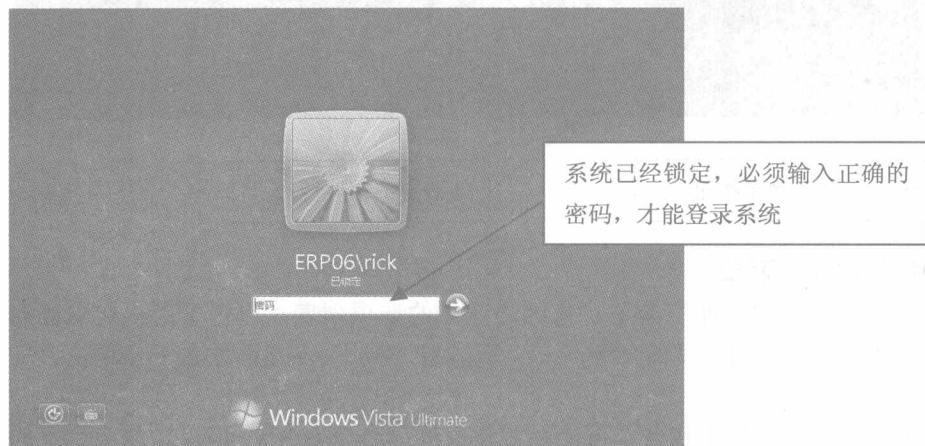
在切换到的登录界面中，可以点击“其他用户”





虽然能用两个帐号登录, 但每一次只能使用一个帐号, 要使用另一个帐号, 就需要再次切换用户。当不想再使用某个帐号时, 就可以在开始菜单中执行“注销”, 这样就可以注销一个已登录的帐号。

如果用户暂时不使用电脑, 并且不希望离开电脑时有别人来使用自己的电脑, 可以在开始菜单中选择“锁定”, 这样就可以将屏幕转到登录画面。



要锁定电脑, 除了可以通过前面介绍的从菜单中选择“锁定”, 也可以直接选择“关机”按钮右侧的“锁定”按钮。

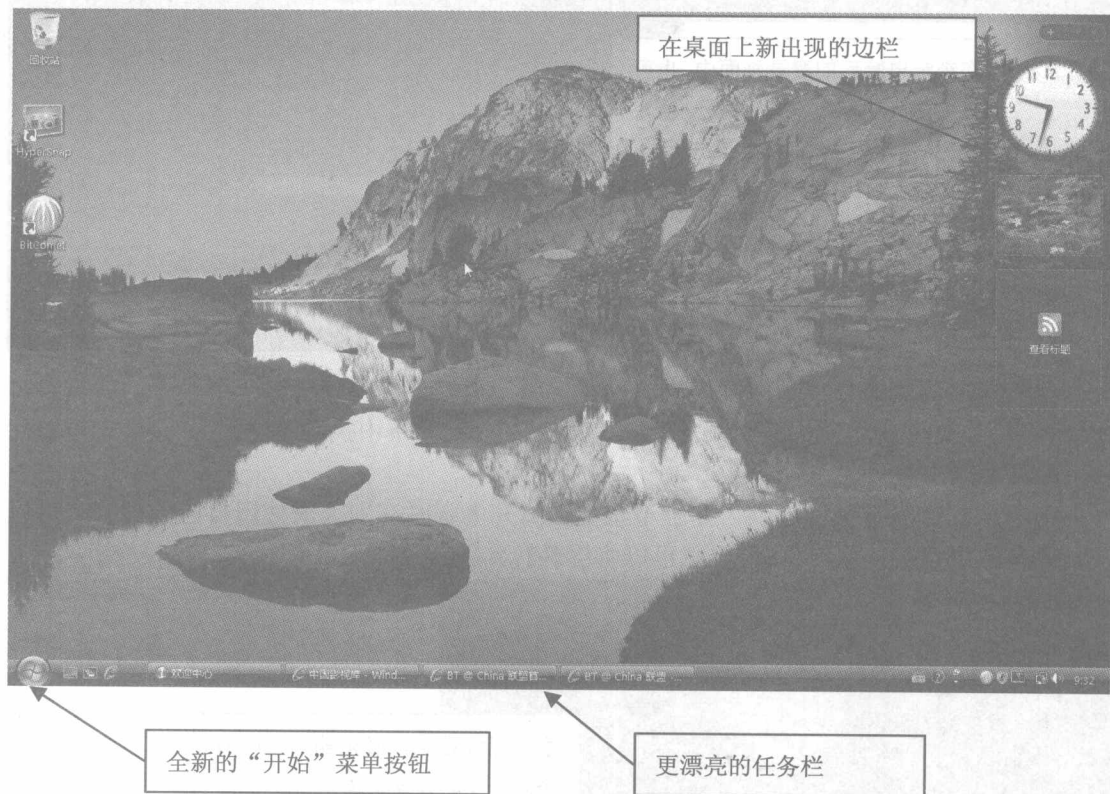




任务 2：使用“开始”菜单和任务栏

在正确登录到 Windows Vista 后，就可以看到全新设计的绚丽桌面。除了有更具梦幻色彩的桌面背景之外，在桌面上默认只保留了“回收站”图标。而在桌面的右边，则增加了一个全新的“边栏”（有关边栏的使用与设置，请参阅本书“任务 19：配置和应用 Windows 边栏”的相关介绍）。

使用过 Windows 系列操作系统的用户，都知道“开始”菜单是灵活快捷地使用 Windows 操作系统的一个非常重要的工具。可说是整个操作系统中计算机程序、文件夹和设置的主门户。而任务栏则是起着管理当前各项正在进行的程序、显示各类执行程序的图标、存放工具栏等作用。



■ 认识并使用“开始”菜单

“开始”菜单之所以叫“开始”菜单，是因为其中的选项列表，包含了用户通常要启动或打开某项内容的位置。要打开“开始”菜单，只要在 Windows 桌面的左下角单击“开始”按钮即可。

在“开始”菜单的右边窗格中包含了可能经常使用的部分 Windows 链接。从上到下的菜单功能分别为：

- 个人文件夹：打开个人文件夹（根据当前登录到 Windows 的用户名而命名的）。例如，当前用户是“rick”，则该文件夹的名称就是“rick”。此文件夹包含特定于用户的文件，其中包括“我的文档”、“我的音乐”、“图片收藏”和“我的视频”文件夹。



• 文档: 打开“我的文档”文件夹, 通常用于存储和打开文本文件、表格、演示文档以及其他类型的文档。

• 图片: 打开“图片收藏”文件夹, 用于存储和查看数字图片及图形文件。

• 音乐: 打开“我的音乐”文件夹, 用于存储和播放音乐及其他音频文件。

• 游戏: 打开“我的游戏”文件夹, 用于访问电脑中的所有游戏。

• 搜索: 打开“搜索”窗口, 可以使用高级选项功能搜索电脑。

• 最近使用的项目: 打开最近打开过的文件列表, 单击该列表中某个文件可将其打开。

• 计算机: 打开一个窗口, 用于访问磁盘驱动器、照相机、打印机、扫描仪及其他连接到电脑上的硬件。

• 网络: 打开一个窗口, 用于访问网络上的电脑和设备。

• 连接到: 打开一个窗口, 用于连接到新的网络。

• 控制面板: 打开“控制面板”窗口, 在这里可以自定义电脑的外观和功能, 添加或删除程序, 设置网络连接和管理用户帐户。

• 默认程序: 打开一个窗口, 在这里选择要让 Windows 用于诸如 Web 浏览、编辑图片、发送电子邮件、播放音乐和视频等活动的程序。

• 帮助和支持: 打开 Windows 帮助和支持, 在这里浏览和搜索有关使用 Windows 和电脑的帮助主题。

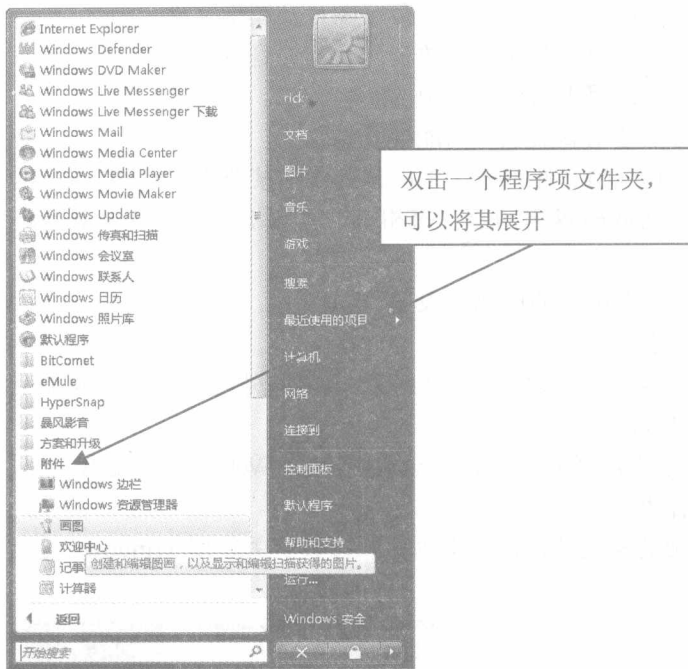


Tips

在“开始”菜单的右边窗格中移动鼠标, 每移到一个项目上, 在开始菜单右上角的图标就会变成这个项目的特定图标, 方便识别。



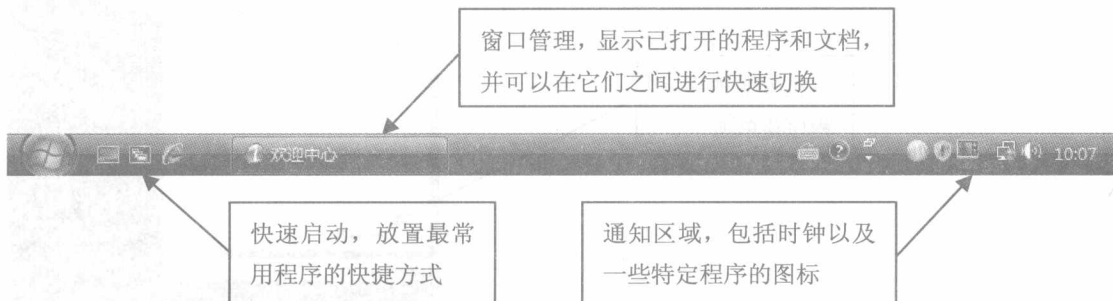
单击“开始”菜单中的“所有程序”，则可以显示出当前电脑中安装的各类程序列表，供用户选择执行。



要在“开始”菜单中打开一个程序，只要用鼠标单击这个程序项即可。当安装新程序时，新程序会添加到“所有程序”列表中。而在“开始”菜单中执行过的最常用程序，系统会自动将其置于“开始”菜单的左边窗格中，以便快速访问（有关“开始”菜单个性化设置的内容，请参阅本书“任务 14：个性化设置‘开始’菜单”的相关介绍）。

■ 掌握任务栏的使用

在 Windows Vista 的桌面上，“开始”菜单的圆形按钮位于任务栏的最左边，而整个任务栏则默认处于桌面的最下面。任务栏可分为三个区域：快速启动、窗口管理和通知区域。

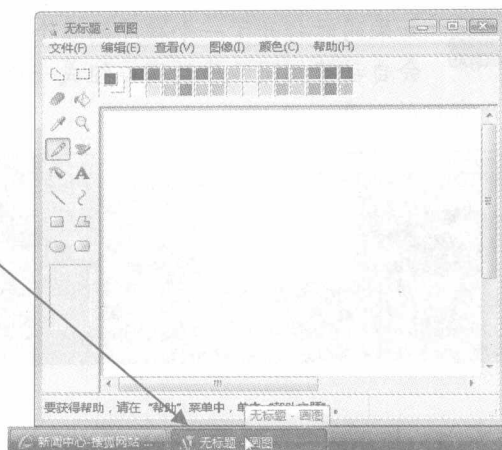


1. 在多个程序间切换

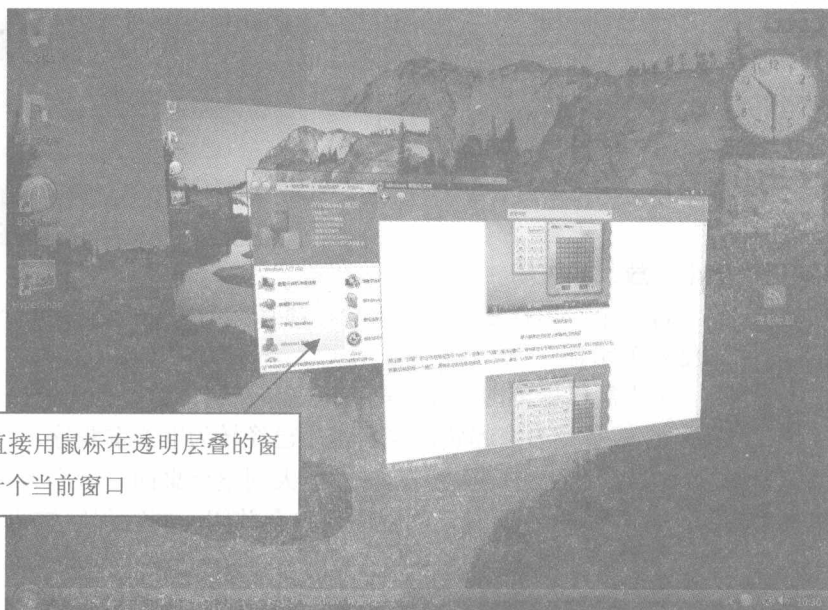
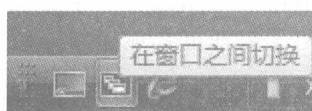
在任务栏上，最主要的功能是中间的窗口管理区域，在这里，不但可以显示当前打开的应用程序图标，还可以方便地在多个打开的应用程序间切换。如果打开多个程序，则每个程序都会在任务栏的中间显示一个程序的按钮。



只要用鼠标单击程序的按钮，就可以将这个程序显示为桌面的当前窗口



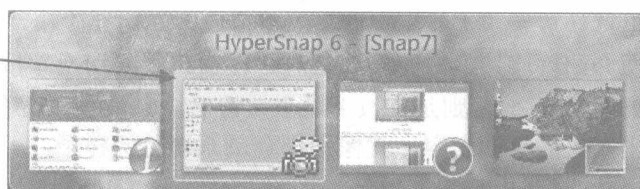
在 Windows Vista 中还提供了更特别的窗口切换功能，当在任务栏上的“快速启动”栏中单击“在窗口之间切换”按钮，则在桌面上将以三维立体层叠窗口方式显示当前打开的程序窗口及桌面。



用户可以直接用鼠标在透明层叠的窗口中选择一个当前窗口

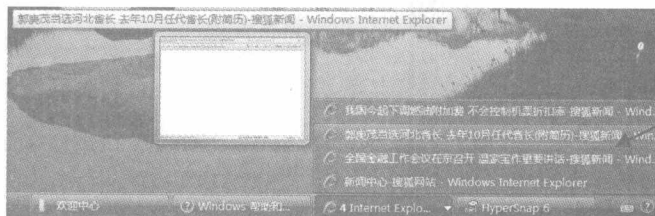
Tips 除了可以通过任务栏上的程序按钮来切换程序外，还可以直接按 Alt+Tab 组合键在程序间切换。按下 Alt+Tab 组合键后，会出现程序切换窗口，然后每按一次 Alt+Tab 组合键，则依次将激活框在打开的程序间传递。

激活框选中的程序，将成为当前程序



**Tips**

如果同时打开了一个程序的多个窗口，如一次打开多个 IE 窗口，则在超过 3 个时，会自动将相同程序的窗口组成一个窗口组。当用鼠标单击这个窗口组时，则会弹出打开窗口的列表。

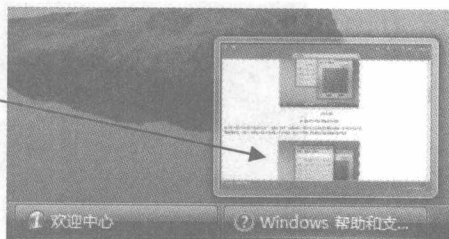


用户可以直接在列表中选择要显示为当前的窗口

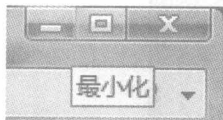
2. 显示程序的预览

在打开多个程序后，将鼠标移到任务栏上程序的按钮上，会出现一个小图片，上面将显示出此程序的预览窗口，该预览也称为缩略图。如果通过任务栏上按钮的标题不能确认窗口中显示的内容时，可通过预览来查看。甚至其中一个窗口正在播放视频或动画，都可以在预览中看到正在播放的内容。

通过预览窗口，可以大概了解窗口中显示的内容



3. 程序窗口的缩小、放大和关闭



每一个应用程序窗口右上角，都有三个小的控制按钮：最小化、最大化和关闭。

• 当用鼠标单击“最小化”按钮时，整个程序窗口将在桌面上消失，而任务栏上程序的按钮将变为突起状，表示程序已经转为非当前程序。

• 当用鼠标单击“最大化”按钮时，窗口会扩大到整个桌面，程序为当前程序。

• 当用鼠标单击“关闭”按钮时，则程序窗口会关闭，同时程序按钮也会从任务栏上消失。

Tips

要使用窗口最小化，也可以在窗口处于当前状态（其任务栏按钮显示为按下）时，单击其任务栏按钮，则同样可以最小化该窗口。

4. 快速启动工具栏

在任务栏上“开始”菜单右边的就是“快速启动”工具栏，在这里默认放置了“显示桌面”、“在窗口之间切换”和“IE”三个图标。前面介绍程序切换时已经介绍过“在窗口之间切换”按钮的功能，“显示桌面”按钮则是在按下这个按钮后，会最小化所有程序（包括 Windows 边栏），只显示出真正的桌面内容，就像是刚登录系统时的样子。





任务 3: 使用应用程序

操作系统本身只是一个平台,要想用好电脑,需要通过各种应用程序来实现。在 Windows Vista 中,默认已经带有许多常用的小工具,可以用于完成许多日常工作。前面介绍过,在“开始”菜单中,包含许多 Windows Vista 附带的程序。

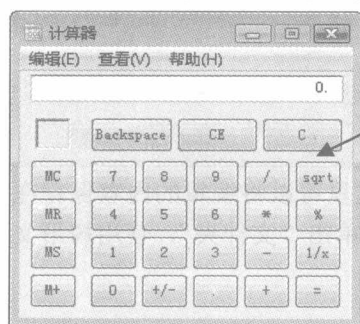
■ 启动一个应用程序

要启动一个应用程序,只要在“开始”菜单中展开要启动程序所在的子菜单,然后用鼠标单击程序项即可。例如,要启动 Windows Vista 附带的画图程序,只要在“开始”菜单中依次点击“所有程序”→“附件”→“画图”,就可以启动画图程序。

在画图中可以随意
绘制一些内容



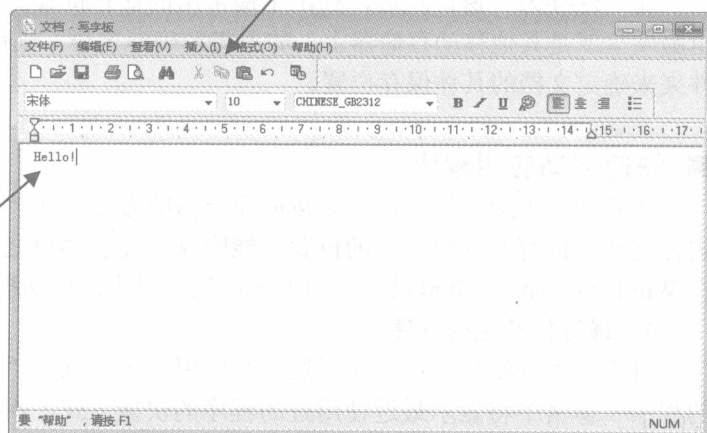
通过同样的方法,可以打开 Windows Vista 其他的附带程序,如计算器、写字板等。这些程序的具体使用方法都比较简单,在这里就不详细介绍了。



计算器可以用于
进行各类计算

大部分程序都自带
有工具栏

写字板是一个简易
的文档编辑器

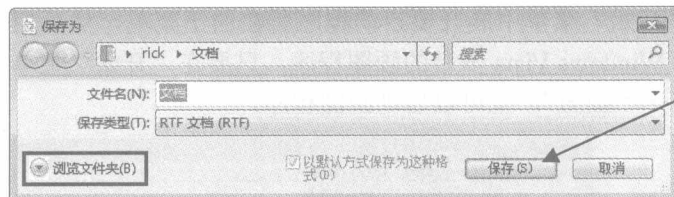




■ 保存应用程序中编辑的内容

当在一个程序中编辑了内容，并且想将其保存时，可以在程序的工具栏上单击“保存”按钮，或是直接在程序的菜单中选择“文件”→“保存”（如画图程序就没有工具栏），然后就会弹出“保存为”对话框。

在这里首先要给文档设定一个名称，默认会有一个文件名，但通常不易于识别与记忆，因此要手工编辑一个新的文件名。此外，有些应用程序还可以将编辑的内容保存为多种文件格式，可以根据需要在下面的“保存类型”列表中选择一种需要的类型。



单击“保存”就可以将编辑的文档进行保存

Tips 默认的文档会按类型保存在用户的个人文件夹中，在这里由于编辑的是文档，所以就会保存在“文档”文件夹中。如果想将其保存到另外的位置，则可以在“保存为”对话框中单击“浏览文件夹”来选择保存的位置。



在“保存为”窗口左边，列出了最常用的保存位置。在这里可以将编辑的内容保存在电脑硬盘或是其他移动存储器上。如果想精确地定位，则可以单击“文件夹”，使用树形文件夹来确定文档的具体保存位置。

■ 快速启动应用程序

要启动一个应用程序，可以按前面介绍的方法，在“开始”菜单中的“所有程序”中进行选择。但有时程序所在的位置可能隐藏在几层菜单之中，每次要点选菜单比较麻烦，在 Windows Vista 中就提供了多种方式可供用户快速启动程序。

1. 最近打开过的程序

每次在“开始”菜单中执行过一个应用程序，则在“开始”菜单的左边“最近打开过的程序”窗格中将显示最近使用过的程序的快捷方式，用户下次要使用时，不必再到“所