



起跑线系列教程

不要让您的职业生涯
输在起跑线上!

Windows 基本操作与应用 XP

昭君工作室●编著

丛书特色:

- ★ 从最基本的基础知识和基本操作讲解, 通俗易懂
- ★ 实例丰富, 讲解清晰
- ★ 附赠多媒体教学光盘和PPT课件



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



起跑线系列教程

TP316.86/168D

2008

Windows 基本操作与应用 XP

昭君工作室 ● 编著



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

本书是指导初级用户快速掌握 Windows XP 基本操作和应用的书籍。它从零开始介绍了 Windows XP 操作系统的安装、入门、基本操作的相关知识,并对 Windows XP 使用过程中出现的各种问题进行了专家级的介绍。

本书共有 14 章,其中包括的内容有:Windows XP 安装与启动、Windows XP 初步、Windows XP 入门操作、定制 Windows XP、管理文件和文件夹、设置输入法与输入汉字、Windows XP 实用附件、Windows XP 多媒体娱乐、Windows XP 软件与硬件管理、Windows XP 网络基础、网上休闲娱乐、电子邮件基础、Windows XP 系统维护与优化以及系统安全与病毒防范等知识。

本书内容新颖、知识互补、全程图解并可快速上手,是一本实用性很强的入门教材。本书还附带了一张精心制作的教学光盘,实现互动教学,能更好地巩固所学知识,提高读者的学习兴趣与积极性。

图书在版编目(CIP)数据

Windows XP 基本操作与应用/昭君工作室编著. —北京:

机械工业出版社, 2008.5

(起跑线系列教程)

ISBN 978-7-111-24057-0

I. W… II. 昭… III. 窗口软件, Windows XP—教材

IV. TP316.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 061241 号

机械工业出版社(北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

责任编辑: 张晓娟

北京四季青印刷厂印刷 (三河市兴旺装订厂装订)

2008 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

184mm×260mm·15.75 印张·388 千字

0001-5000 册

标准书号: ISBN 978-7-111-24057-0

ISBN 978-7-89482-662-6 (光盘)

定价: 32.00 (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) 88379366

封面无防伪标均为盗版

丛书序

感谢您翻阅这套起跑线系列教程,请阅读以下的丛书序,以了解您是否需要学习本书。起跑线系列教程是由许多位富有多年教学经验或编写经验的老师经过深入研讨,并对正在学习或将要学习计算机或相关软件操作的读者进行广泛调查的基础上组织编写的。每一本书都是一个相关软件从入门到精通,从基础到实践的解决方案。

丛书特色

本丛书面向电脑初、中级用户,最大的特色是“易学易会,学有所用”,清晰的层次结构和丰富的图解,可以让读者阅读起来轻松自如。超值的光盘内容与图书紧密结合,丰富的网站互动资源,一定会让您感觉物超所值。

1. 从零开始,轻松学习

从书面向零基础的电脑用户,即使您没有任何的学习基础,也可以轻松学习,快速掌握计算机领域的基本知识和实用操作。

2. 层次清晰,易学易用

书中每一章都分为“本章导读”、“学习内容”、“重点提示”、“难点分析”、“跟步练习”、“上机实践”、“本章小结”、“课后习题”等体例内容,层次清晰,读者可以根据自己的学习情况选择学习重点。

3. 图解丰富,双色印刷

“图解丰富”是本书的显著特点之一,按图索骥可以更清楚地说明操作过程中的重点和难点。本套丛书采用双色印刷,能够更好地突出重点,画面更加轻松,从而更加通俗易懂。

4. 书盘结合,内容超值

随书光盘中的内容与图书紧密结合,包含“素材及效果”、“基础知识讲解”、“基本功能讲述”、“上机实践演示”等环节。对于一个初学者来说,即使脱离了书本,也可以掌握软件的基本功能,并能够自己动手操作。为了方便教师教学,可以在机工门户网(www.cmpbook.com)中下载每本书的PPT教学课件。另外,如果读者在学习的过程中遇到什么问题,也可以在该网站上提出,我们将及时给予解决。

合理的学习体例

从书中的每一章的结构包含以下方面：

- 本章导读：每章的首页，概括性地介绍本章将要介绍的主要内容和重点内容，使读者做到心中有数，并引导读者掌握正确的学习方法。
- 学习内容：以通俗易懂的语言，层次清楚地介绍每章需要学习的内容。
- 重点提示：是对相关操作或相关知识的重要提示。
- 难点分析：对于比较难理解的知识，进行详细地说明，帮助读者快速掌握。
- 跟步练习：分步讲解一些典型实例和实用操作，读者可以按书中的步骤，一步步地跟着练习。
- 上机实践：每章的最后提供一个上机实例，是对本章知识的综合应用。
- 本章小结：总结本章的主要内容和必须掌握的知识。
- 课后习题：学而实习，温故知新。该部分内容帮助读者巩固学习，举一反三。

多媒体教学光盘

本丛书的光盘与图书紧密结合，内容丰富超值，最大限度地服务于读者，既适合教学使用，也适用于自学者自学。光盘中的主要内容包括：

- 素材及效果：包含书中所有实例的素材及效果图。
- 基础知识讲解：同步语音讲解每章的基础知识。
- 基本功能操作：演示每章中相关软件的最基本的功能。

丛书书目

《Dreamweaver 8 网页制作学与用教程》

《Photoshop CS2 平面设计学与用教程》

《AutoCAD 2007 设计制图入门与实例教程》

《CorelDRAW X3 中文版图形设计学与用教程》

《电脑入门零基础》

《五笔打字零基础》

《Flash 8 动画制作学与用教程》

《计算机组装与维护教程》

《Windows XP 基本操作与应用》

《局域网入门与基础操作教程》

《电脑上网零基础》

《电脑办公五合一》

读者对象

1. 高职高专、大专院校相关专业、各类电脑培训班的学生。
2. 电脑爱好者。
3. 电脑初、中级用户。

前 言

如今计算机已经深入到人们的工作和生活中,成为人们日常不可缺少的一部分,如果不懂得计算机的基本应用也将是一个缺憾。本书从一个计算机初学者的角度出发,由浅入深,从零开始介绍 Windows XP 操作系统的基本概念、基本知识、操作方法以及使用技巧等,使读者在短时间内快速掌握 Windows XP 的操作方法和技巧。

本书的章节内容和安排如下:

第 1 章介绍了 Windows XP 安装与启动方面的知识。

第 2 章主要让读者认识 Windows XP 操作系统,介绍系统中包含的一些基本元素,如桌面、窗口以及对话框等。

第 3 章介绍了 Windows XP 入门操作,主要讲解其中的一些基本操作的方法,如对桌面、窗口、对话框、文件和文件夹等的操作,使读者对系统有进一步的了解。

第 4 章介绍了如何定制 Windows XP 操作系统,使其更加个性化。

第 5 章介绍了管理文件和文件夹方面的知识。

第 6 章介绍了如何在 Windows XP 操作系统中输入文字。

第 7 章介绍了 Windows XP 操作系统中一些实用附件的使用,如写字板、记事本、画图程序、计算器以及一些辅助工具的应用等。

第 8 章介绍了系统多媒体娱乐方面的知识,包括自娱自乐的小游戏、Windows Media Player 和 Windows Movie Maker 的简单应用以及如何使用录音机录制声音等。

第 9 章介绍了系统中软件与硬件的安装与管理方面的知识。

第 10 章主要讲解网络方面的基础知识,包括基本概念以及 IE 浏览器的使用等知识。

第 11 章介绍了如何在网上休闲娱乐,包括网上听音乐、聊天、玩游戏、多媒体的应用以及网上购物等。

第 12 章介绍了电子邮件的基本概念以及如何收发电子邮件等内容。

第 13 章介绍了系统维护与优化方面的知识。

第 14 章介绍了系统安全与病毒防范方面的内容,使读者能够安全地使用计算机。

本书附带了一张精心制作的教学光盘,其中包括 Windows XP 操作系统中非常实用的操作方法和技巧,巩固读者从书本上所学的知识,实现互动教学,从而提高学习兴趣和积极性。并且每章最后都提供了操作题,使读者能够做到理论与实践相结合,提高动手能力。本书适合于 Windows XP 初级用户、各行各业需要学习计算机基础知识的人员使用,也可以作为计算机培训班辅导教材。

本书由昭君工作室组织编写,参与编写的人员有王银兰、叶卫东、褚杰、袁江、李斌、刘伟、王锦、田新、李卫、李亚玲、王瑞云、高玉雷、孙永涛、刘健等。由于作者水平有限,如书上有疏漏和不足之处,恳请广大读者和专家不吝赐教。

编 者

目 录

丛书序

前 言

第 1 章 Windows XP 安装与启动	1
1.1 安装 Windows XP	2
1.1.1 Windows XP 的版本	2
1.1.2 安装 Windows XP 的硬件要求	2
1.1.3 安装 Windows XP 的方式	2
1.1.4 安装 Windows XP	3
1.2 Windows XP 的启动与退出	11
1.2.1 启动 Windows XP	11
1.2.2 退出 Windows XP	12
本章小结	14
课后习题	14
第 2 章 Windows XP 初步	15
2.1 认识 Windows XP 桌面	16
2.1.1 桌面图标	16
2.1.2 【开始】菜单	17
2.1.3 任务栏	17
2.2 认识 Windows XP 窗口	18
2.2.1 窗口界面	18
2.2.2 窗口的组成	19
2.3 认识 Windows XP 对话框	21
2.4 认识 Windows XP 菜单	24
2.5 鼠标的使用	25
2.6 键盘的使用	26
2.6.1 认识键盘	27
2.6.2 键盘的正确使用	30
本章小结	32
课后习题	32
第 3 章 Windows XP 入门操作	33

3.1 对桌面的操作	34
3.1.1 添加快捷图标	34
3.1.2 排列桌面图标	34
3.1.3 删除桌面图标	35
3.2 对任务栏的操作	35
3.2.1 调整任务栏的大小	36
3.2.2 调整任务栏的位置	36
3.2.3 设置任务栏的属性	37
3.2.4 设置任务栏的系统提示区	38
3.3 对窗口的操作	39
3.3.1 打开窗口	39
3.3.2 最大化与最小化窗口	39
3.3.3 移动窗口	40
3.3.4 缩放窗口	41
3.3.5 排列窗口	42
3.3.6 切换窗口	43
3.3.7 关闭窗口	43
3.4 对菜单的操作	44
3.4.1 选择菜单中的命令	44
3.4.2 选择快捷菜单中的命令	45
本章小结	46
课后习题	46
第 4 章 定制 Windows XP	47
4.1 设置外观和主题	48
4.1.1 更改桌面背景	48
4.1.2 更改桌面主题	49
4.1.3 设置屏幕保护程序	50
4.1.4 更改显示外观	51
4.1.5 设置屏幕分辨率和刷新率	52
4.1.6 设置桌面图标	53
4.2 设置任务栏和【开始】菜单	55
4.2.1 设置任务栏	55
4.2.2 设置【开始】菜单	55
4.3 系统设置	58
4.3.1 设置系统日期和时间	58
4.3.2 设置系统音量	59
4.4 设置键盘和鼠标	59

4.4.1	设置键盘	60
4.4.2	设置鼠标	61
4.5	设置系统字体	62
4.5.1	查看系统字体	63
4.5.2	添加字体	63
4.6	设置用户账户	65
4.6.1	创建新用户账户	65
4.6.2	设置用户头像	66
4.6.3	设置用户密码	67
4.7	设置电源选项	68
4.7.1	电源使用方案	68
4.7.2	设置高级选项	69
	本章小结	70
	课后习题	70
第 5 章	管理文件和文件夹	71
5.1	文件和文件夹的概念	72
5.1.1	文件	72
5.1.2	文件夹	72
5.2	文件和文件夹的查看与显示	73
5.2.1	查看文件和文件夹	73
5.2.2	文件和文件夹的显示	74
5.3	文件和文件夹的操作	75
5.3.1	新建文件夹	75
5.3.2	选择文件或文件夹	76
5.3.3	复制文件或文件夹	77
5.3.4	重命名文件或文件夹	77
5.3.5	移动文件或文件夹	78
5.3.6	删除文件或文件夹	78
5.3.7	恢复删除文件或文件夹	79
5.4	文件和文件夹的管理	79
5.4.1	搜索文件或文件夹	79
5.4.2	按笔画排序文件	80
5.4.3	设置文件夹的图标	81
5.4.4	隐藏和显示文件或文件夹	82
5.4.5	文件或文件夹的压缩与解压	83
5.4.6	创建文件或文件夹的快捷方式	85
5.4.7	对文件或文件夹加密	86

5.4.8 文件的备份与还原	86
5.4.9 图片文件的浏览	90
本章小结	90
课后习题	91
第 6 章 设置输入法与输入汉字	92
6.1 设置输入法	93
6.1.1 输入法的切换	93
6.1.2 设置语言栏	93
6.1.3 输入法状态条	94
6.1.4 输入法的添加与删除	95
6.2 全拼输入法	97
6.3 智能 ABC 输入法	98
6.4 紫光拼音输入法	99
6.5 五笔字型输入法	101
6.5.1 汉字的笔画	101
6.5.2 汉字的 3 种字型	101
6.5.3 五笔字根在键盘上的分布	102
6.5.4 五笔字型的拆分原则	103
6.5.5 输入汉字	104
本章小结	106
课后习题	107
第 7 章 Windows XP 实用附件	108
7.1 写字板的应用	109
7.1.1 写字板工作界面	109
7.1.2 文档的基本操作	109
7.2 记事本的应用	114
7.3 画图程序的应用	115
7.3.1 画图程序的界面	115
7.3.2 画图程序工具箱	116
7.4 计算器的应用	121
7.4.1 标准型/科学型计算器	121
7.4.2 使用计算器	122
7.5 辅助工具的应用	123
7.5.1 放大镜程序的应用	123
7.5.2 屏幕键盘的应用	124
本章小结	125
课后习题	125

第 8 章 Windows XP 多媒体娱乐	126
8.1 自娱自乐小游戏	127
8.1.1 蜘蛛纸牌	127
8.1.2 扫雷	128
8.2 Windows Media Player 的应用	129
8.2.1 播放音乐文件	130
8.2.2 更换面板风格	131
8.3 Windows Movie Maker 的应用	131
8.3.1 导入视频文件	132
8.3.2 编辑视频文件	132
8.4 录音机录制声音	133
8.4.1 录制声音	133
8.4.2 设置声音的属性	134
本章小结	135
课后习题	136
第 9 章 Windows XP 软件与硬件管理	137
9.1 安装应用软件	138
9.1.1 安装 Windows 组件	138
9.1.2 安装其他应用程序	139
9.2 启动/退出应用程序	140
9.2.1 启动应用程序	140
9.2.2 退出应用程序	141
9.3 软件的卸载	141
9.4 计算机硬件组成	142
9.5 安装新硬件	142
9.5.1 安装即插即用硬件	143
9.5.2 安装非即插即用硬件	143
9.6 卸载硬件设备	145
9.6.1 卸载即插即用硬件	145
9.6.2 卸载非即插即用硬件	145
9.7 打印机的设置和管理	147
9.7.1 打印机属性设置	147
9.7.2 打印队列的查看与管理	148
本章小结	149
课后习题	149
第 10 章 Windows XP 网络基础	151
10.1 网络基础概念	152

10.2	网络设置	152
10.3	Internet 基础知识	153
10.3.1	上网配置要求	154
10.3.2	上网的方式	154
10.4	IE 浏览器	156
10.4.1	认识 IE 浏览器	156
10.4.2	浏览网页	157
10.4.3	查看上网历史记录	159
10.5	搜索网上资料	160
10.5.1	使用 IE 搜索功能	160
10.5.2	使用搜索引擎	161
10.6	下载网上资料	164
10.6.1	通过 IE 浏览器直接下载	164
10.6.2	使用专业下载工具	166
10.7	设置 IE 浏览器	166
10.7.1	设置主页	166
10.7.2	设置安全性	167
10.7.3	收藏网站	168
10.7.4	脱机查看网页	169
10.7.5	清除历史记录和临时文件	171
	本章小结	172
	课后习题	172
第 11 章	网上休闲娱乐	173
11.1	网上欣赏音乐	174
11.2	网上聊天	175
11.2.1	下载与安装最新版 QQ	175
11.2.2	申请免费 QQ 号码	178
11.2.3	登录 QQ	179
11.2.4	查找与添加好友	180
11.2.5	与好友聊天和传送文件	181
11.3	网上玩游戏	183
11.4	网上多媒体	184
11.4.1	欣赏 mp3 音乐	185
11.4.2	欣赏 Flash 动画	186
11.5	网上购物	186
11.5.1	注册购物网站	187
11.5.2	登录购物网站与网上购物	188

本章小结	190
课后习题	190
第 12 章 电子邮件基础	193
12.1 使用免费邮箱收发电子邮件	193
12.1.1 申请免费电子邮箱	193
12.1.2 发送与接收电子邮件	194
12.2 使用 Outlook Express 收发邮件	196
12.2.1 设置电子邮件账户	197
12.2.2 收发电子邮件	198
12.2.3 创建通讯录	200
本章小结	201
课后习题	202
第 13 章 Windows XP 系统的维护与优化	203
13.1 磁盘的维护与管理	204
13.1.1 磁盘清理	204
13.1.2 整理磁盘碎片	205
13.1.3 磁盘扫描	206
13.2 添加任务计划	207
13.3 性能监视	209
13.4 系统备份与还原	211
13.4.1 备份数据	211
13.4.2 还原数据	213
13.5 任务管理器	214
13.6 系统优化	216
13.6.1 更改虚拟内存	216
13.6.2 释放空间	217
13.6.3 关闭多余的服务	218
13.6.4 恢复磁盘驱动程序	219
13.7 使用 Windows 优化大师	220
13.7.1 系统检测	220
13.7.2 系统优化	221
本章小结	222
课后习题	222
第 14 章 系统安全与病毒防范	223
14.1 计算机病毒和黑客简介	224
14.1.1 什么是计算机病毒	224
14.1.2 计算机病毒类型	224

14.1.3	计算机病毒的危害	225
14.1.4	认识黑客	226
14.2	常规系统安全设置	226
14.2.1	防止非法用户登录	227
14.2.2	关闭无用端口防止黑客侵入	227
14.2.3	关掉危险的服务	229
14.2.4	禁止更改账户密码	230
14.2.5	激活 Windows XP 的防火墙 (ICF)	231
14.2.6	使用防火墙 (ICF) 的安全日志	232
14.3	常用杀毒软件的使用	233
14.3.1	瑞星杀毒软件查杀病毒	233
14.3.2	金山毒霸查杀病毒	235
	本章小结	237
	课后习题	238

第1章

Windows XP 安装与启动

本章导读

Windows XP 是微软公司推出的桌面操作系统，被视为跨时代的操作系统，“XP”是英文“Experience”的缩写。此系统的最大特点是整合了 Windows 2000 的强大功能以及 Windows 98 和 Windows Me 最优越的商务特性，其界面美观、功能强大、稳定性和安全性高，是目前使用最广泛的操作系统之一。

要使用 Windows XP，首先要在计算机中安装它，下面就从最基本的安装操作系统进行学习。

本章重点:

❖ 安装 Windows XP

❖ Windows XP 的启动与退出

本章难点:

❖ 安装 Windows XP

❖ 启动与退出

1.1 安装 Windows XP

计算机只有安装了操作系统之后才能进行使用。在安装 Windows XP 前,应该先了解一下 Windows XP 有哪些版本。

1.1.1 Windows XP 的版本

Microsoft 公司提供了以下 4 种 Windows XP 版本,用户可以根据需要进行选择。

- 家庭版 (Home Edition)。
- 专业版 (Professional Edition)。
- 媒体中心版 (Media Center Edition)。
- 64 位工作站版 (64-Bit Edition)。

在生活和工作中,经常被使用的是家庭版和专业版的操作系统。

1.1.2 安装 Windows XP 的硬件要求

Windows XP 对计算机的硬件方面也有更高的要求。只有让 Windows XP 有更好的运行环境,才能使其功能运行正常。如果 CPU、内存、硬盘空间或视频能力等达不到最低要求,Windows XP 会拒绝安装。所以,需要规定运行 Windows XP 最基本的硬件要求,以此作为标准。以下为微软官方网站给出的建议:

- CPU: 奔腾 II300MHz 或更高,最低为奔腾 II233MHz。
- 内存: 128MB 或更高,最低为 64MB。
- 硬盘空间: 80GB 硬盘,最低为 1.5GB 可用硬盘空间。
- 光驱: CD-ROM 或 DVD 光驱。

重点提示

以上列出了安装并运行 Windows XP 时对硬件的最低要求。如果需要充分发挥 Windows XP 的功能,仅仅达到这些配置是远远不够的。

1.1.3 安装 Windows XP 的方式

新买的计算机或计算机出现了严重的问题,都需要重装操作系统,下面介绍安装 Windows XP 的几种方式。

1. 全新安装

即安装一个全新的系统,这个系统与原系统没有任何关系。也就是将新操作系统安装在一个新格式化后的硬盘上,安装后可全面更新操作系统文件和用户的配置,使运行速度加快。

2. 升级安装

即在保持原有设置的情况下，将原来的 Windows 版本升级到 Windows XP。如在 Windows 2000 系统中安装 Windows XP，就可以将原系统升级为 Windows XP 系统。在使用这种安装方式安装完成的 Windows XP 中，可以延用原系统中安装的各种软件和保持原有的个人设置。

3. 双启动安装

即在当前操作系统的基础上，再另外安装一个新的操作系统。它保留原有的 Windows 系统，在此基础上进行 Windows XP 的安装，可以实现系统双启动。用户可以根据需要选择这两个操作系统，这样增加了使用系统的灵活性。

1.1.4 安装 Windows XP

下面介绍在计算机中全新安装 Windows XP 的操作方法。

步骤 1 启动计算机，在自检时按下 Delete 键不放，即可进入 BIOS 主界面。使用键盘上的方向键选择主界面中的“Advanced BIOS Features”选项，按 Enter 键，如图 1-1 所示。

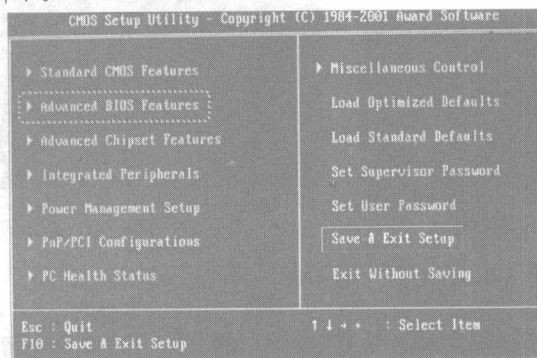


图 1-1 BIOS 主界面

步骤 2 在打开的界面中选择“First Boot Device”选项，按 Enter 键。然后使用方向键在弹出的选项中选择“CDROM”选项，如图 1-2 所示。

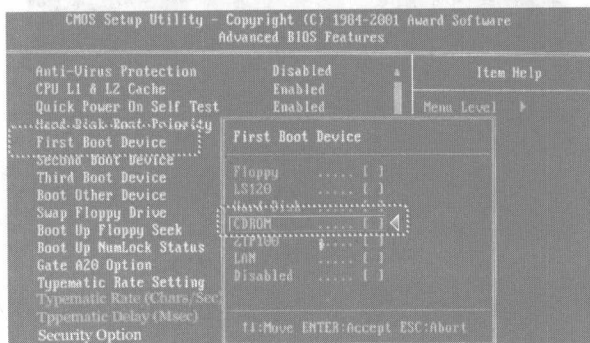


图 1-2 设置为从光驱启动