

一学就会

本书编委会 编著



Windows Vista 应用 完全自学手册



互动式教学光盘



技能入门篇：从零开始讲解基本技能



技能提高篇：通过招数罗列讲解经验和技巧



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

<http://www.phei.com.cn>

了 解 合

Windows Vista

應用



Windows Vista 應用指南

Windows Vista 應用指南



Windows Vista 應用指南

TP316.86/154D

2008



Windows Vista 应用

完全自学手册

本书编委会 编著

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内 容 简 介

本书分为两部分：技能入门篇和技能提高篇。

在技能入门篇中，系统地讲解了 Windows Vista 系统安装、桌面与外观配置、系统文件管理、系统应用与设置、软硬件安装与设置、系统环境安全、Windows Vista 媒体应用指南、网络与共享配置、系统维护与优化等内容。

在技能提高篇中，汇集了众多电脑应用高手和专家的操作经验与“独门绝技”。主要给读者讲解了 Windows Vista 系统应用中的相关技巧、经验，以及常见疑难问题与故障的解决方法。

本书内容覆盖全面，知识点丰富，版式新颖，通俗易懂，实用性很强，是初、中级用户和爱好者的首选读物，也可作为 Windows Vista 用户的使用速查手册。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目 (CIP) 数据

Windows Vista 应用完全自学手册 / 本书编委会编著. —北京：电子工业出版社，2008.4
(一学就会)

ISBN 978-7-121-06153-0

I. W… II. 本… III. 窗口软件, Windows Vista—基本知识 IV. TP316.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 029552 号

策划编辑：祁玉芹

责任编辑：郭鹏飞

印 刷：北京市天竺颖华印刷厂

装 订：三河市金马印装有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开 本：787×1092 1/16 印张：21 字数：511 千字 彩插：1 页

印 次：2008 年 4 月第 1 次印刷

印 数：8000 册 定价：38.00 元 (含光盘 1 张)

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888。

光盘说明

光盘主要内容

《一学就会》丛书的配套光盘是多媒体自学光盘，通过模拟老师授课与师生对话的场景，来详细讲解电脑以及各种应用软件的使用方法和技巧。通过本书配套多媒体互动教学光盘，可以如同课堂教学一般进行学习，直观且生动，大大提高学习的效率。



光盘操作方法

将本光盘放入光驱，几秒钟后光盘将自动运行。如果没有自动运行，可在桌面双击【我的电脑】图标，在打开的窗口中双击光驱盘符，或者右击光盘所在盘符，在弹出的快捷菜单中选择【自动播放】命令，即可启动并进入多媒体互动教学光盘程序。



单击【音乐选择】按钮，可以在弹出的菜单中选择其他音乐作为背景播放音乐。



光盘说明



光盘最佳运行环境

P4以上CPU
256 MB以上内存
800 MB以上硬盘空间
Windows XP操作系统
屏幕分辨率800 × 600
52倍速以上光驱



视频教学模式

同步显示解说词



单击【边学边练】按钮，界面将自动缩小到只有一个文本框和播放按钮控制界面。此窗口可以拖放到屏幕任意位置，读者可以根据讲解边学边进行操作。

前言 Preface

电脑已成为我们生活和工作中的重要工具。学习并掌握电脑的应用,已成为当今社会人们赖以生存和生活的最基本技能。为了让初学电脑的新手能快速掌握电脑的常用技能,我们策划并编写了“一学就会”系列图书。

丛书介绍

本丛书汇集了众多电脑应用高手和教学一线老师的操作经验与“独门绝技”,他们把自己多年的使用技巧、学习经验融会到每本书中,让初学电脑的读者能快速地掌握相关知识。丛书涵盖了目前电脑应用中的常见领域。本丛书的具体书目如下:

《电脑入门完全自学手册》	《Word 2007 文档编辑与排版完全自学手册》
《Excel 2007 表格·数据·图表完全自学手册》	《Windows Vista 应用完全自学手册》
《电脑上网完全自学手册》	《电脑办公完全自学手册》
《笔记本电脑使用全攻略完全自学手册》	《局域网组建与使用完全自学手册》
《电脑组装与软件安装完全自学手册》	《BIOS 与注册表完全自学手册》
《Flash CS3 动画制作完全自学手册》	《Photoshop 创意与设计完全自学手册》
《电脑急救·数据恢复·故障排除完全自学手册》	

丛书写作特色

本丛书具有以下特色。

1. 物超所值, 买一送一

在内容的安排上,将一本图书分为两本学习手册。第1部分内容为技能入门篇:从零开始,讲解读者需要入门学习的基本技能及相关知识;第2部分内容为技能提高篇:通过招数罗列的方式,系统并全面地讲解相关的操作经验和技巧。相当于花一本书的钱,买了两本图书(操作入门图书+技能提高图书)。

2. 内容合理, 易学易用

在每本书的知识内容安排上,遵循读者“学得会、用得上”的原则。目前,同类图书的

知识技能都是混合在一起进行编写的,而本丛书则按读者学习习惯和实际需求,将知识分为“技能入门篇”和“技能提高篇”两部分。既适合零基础者学习,又适合想提高或精通技能的读者学习。通过学习第1部分知识,可以让门外汉入门;通过学习第2部分知识,可让入门者或需要提高的读者达到精通的水平,成为真正的应用高手。

3. 图解操作,得心应手

本丛书版式新颖、结构清晰、内容浅显易懂、注重实用性。书中配有生动活泼、操作性强的小栏目,包括“名师点拨”、“排解疑难”、“现场练兵”,各个小栏目穿插在相关知识点后,使读者能快速达到巩固知识、学以致用目的。另外,在操作步骤的讲解中强调以图为主,文字为辅的方式,在每一个步骤中,合理地分解出了相关的操作顺序,操作顺序之间用“▶▶”符号连接,然后将操作的顺序在图中用①②③④⑤……的形式标注出来,每一个小步骤对应着图上的一个操作序号,真正做到以图析文。

4. 多媒体教学,学习轻松

本丛书的每一本书均配有内容丰富的光盘,以辅助读者学习。光盘采用对话的形式,将各类应用知识融入一问一答的对话中,可方便读者快速进入操作正题,同时也可枯燥的电脑学习增添几分乐趣。

此外,光盘中涵盖了书中重点、难点知识的讲解与操作,针对读者的应用需求安排了全程的视频演示。演示的同时辅以多类活泼的提醒方式,可让读者快速掌握演示内容,并与书本内容融会贯通。

您是否适合本书

- ◆ 如果您对 Windows Vista 操作系统一点不懂,希望通过自学方式,快速掌握 Windows Vista 操作系统的相关技能,建议您选择本书!
- ◆ 如果您对 Windows Vista 操作系统有一定的了解,或基础不太好,对知识一知半解,希望系统并全面掌握 Windows Vista 操作系统知识,建议您选择本书!
- ◆ 如果您希望学习 Windows Vista 操作系统的相关技巧、经验,从而达到操作技能的提高和熟练的目的,建议您选择本书!
- ◆ 如果您以前曾经尝试了几次学 Windows Vista 操作系统,都未完全入门或学会,建议您选择本书!

本套丛书编创过程中,参阅了大量的专业书籍,并请教了多位经验丰富的计算机专业人士,在此向他们致以最真诚的谢意。由于计算机技术发展非常迅速,加上编者水平有限、时间仓促,错误之处在所难免,敬请广大读者和同行批评指正。

我们的 E-mail 地址: qiyuqin@phei.com.cn。电话: (010) 68253127 (祁玉芹)

本书编委会
2008 年 1 月

目 录

CONTENTS

Part 1 技能入门篇

第 1 章 Windows Vista 安装使用 3

1.1 初识 Windows Vista	4
1.1.1 Windows Vista 的诞生	4
1.1.2 Windows Vista 的特性	4
1.2 Windows Vista 安装前的准备	10
1.2.1 安装前的注意事项	10
1.2.2 Windows Vista 的硬件需求	12
1.3 认识 Windows Vista 的	
5 种不同版本	12
1.3.1 Business	12
1.3.2 Enterprise	13
1.3.3 Ultimate	13
1.3.4 Home Basic	14
1.3.5 Home Premium	14
1.4 全新安装 Windows Vista	15
1.4.1 选择安装分区	15
1.4.2 安装设置	17
1.4.3 Windows Vista 登录界面	19
1.4.4 Windows Vista 激活	19
1.5 启动与退出 Windows Vista	20
1.5.1 启动 Windows Vista	20
1.5.2 退出 Windows Vista	21
本章小结	21
过关实战	22

第 2 章 Windows Vista 快速入门23

2.1 认识 Windows Vista 桌面	24
2.1.1 桌面图标	24
2.1.2 任务栏	25
2.1.3 “开始”菜单	26
2.2 认识 Windows Vista 窗口和	
对话框	27
2.2.1 Windows Vista 窗口	27
2.2.2 Windows Vista 对话框	28
2.3 正确使用键盘与鼠标	29
2.3.1 打字姿势	30
2.3.2 操作键盘	30
2.3.3 正确使用鼠标	31
2.4 窗口操作	32
2.4.1 打开窗口	33
2.4.2 最大化、最小化和恢复窗口 ..	33
2.4.3 移动窗口	34
2.4.4 改变窗口大小	34
2.4.5 排列窗口	35
2.4.6 切换窗口	35
2.4.7 关闭窗口	36
2.5 菜单操作	37
2.5.1 使用窗口菜单	37
2.5.2 使用快捷菜单	37
本章小结	38
过关实战	38

第3章 设置个性化的工作环境..... 39

- 3.1 使用和定义“开始”菜单..... 40
 - 3.1.1 使用“开始”菜单..... 40
 - 3.1.2 自定义“开始”菜单类型..... 42
 - 3.1.3 添加/删除“开始”菜单项目..... 43
 - 3.1.4 便捷的搜索功能..... 45
- 3.2 自定义桌面环境..... 46
 - 3.2.1 “个性化”中心..... 46
 - 3.2.2 设置桌面背景..... 46
 - 3.2.3 设置屏幕保护..... 47
 - 3.2.4 Windows 侧边栏操作..... 48
 - 3.2.5 设置桌面图标..... 52
 - 3.2.6 窗口切换方式..... 53
 - 3.2.7 调整窗口外观样式..... 54
- 3.3 任务栏设置..... 55
 - 3.3.1 在任务栏中显示快速启动..... 55
 - 3.3.2 添加应用项目到快速启动栏..... 56
 - 3.3.3 任务栏属性设置..... 56
- 3.4 设置日期和时间..... 57
 - 3.4.1 设置日期和时间..... 57
 - 3.4.2 与互联网定时..... 57
- 3.5 设置键盘和鼠标..... 58
 - 3.5.1 设置键盘属性..... 58
 - 3.5.2 设置鼠标属性..... 59
- 3.6 管理字体..... 60
 - 3.6.1 字体安装位置..... 60
 - 3.6.2 安装字体文件..... 60
 - 3.6.3 删除字体..... 61
- 3.7 Windows Vista 个性化设置技巧..... 62
 - 3.7.1 将工具栏添加至任务栏..... 62
 - 3.7.2 使用键盘打开快速启动项目..... 62
 - 3.7.3 隐藏通知区域中的图标..... 62
 - 3.7.4 快速了解任务栏各窗口内容..... 63

本章小结..... 64

过关实战..... 64

第4章 Windows Vista 文件系统与磁盘管理..... 65

- 4.1 文件管理基础..... 66
 - 4.1.1 认识文件和文件夹..... 66
 - 4.1.2 认识文件名与扩展名..... 67
 - 4.1.3 常见文件类型..... 68
- 4.2 Windows Vista 一般文件管理操作..... 70
 - 4.2.1 Windows Vista 文件管理平台概述..... 70
 - 4.2.2 新建文件夹和文件..... 71
 - 4.2.3 选择文件夹和文件..... 72
 - 4.2.4 浏览文件或文件夹..... 73
 - 4.2.5 文件或文件夹查看方式..... 73
 - 4.2.6 搜索文件..... 76
 - 4.2.7 方便的文件属性查看..... 80
 - 4.2.8 人性化的文件移动..... 84
- 4.3 Windows Vista 文件管理进阶..... 85
 - 4.3.1 设置回收站属性..... 85
 - 4.3.2 隐藏个人文件..... 87
 - 4.3.3 设置文件关联..... 89
 - 4.3.4 在 Windows Vista 系统中压缩文件..... 90
- 4.4 Windows Vista 磁盘管理..... 91
 - 4.4.1 利用磁盘碎片整理程序清理磁盘..... 91
 - 4.4.2 使用磁盘管理器调整硬盘分区..... 93
 - 4.4.3 释放系统还原占用的硬盘空间..... 96
- 4.5 Windows Vista 文件系统和磁盘管理技巧..... 97

4.5.1 预设所有类型文件的 关联程序.....	97
4.5.2 定制资源管理器工具栏.....	98
4.5.3 预览文本文档内容.....	99
本章小结	99
过关实战	100

第 5 章 Windows Vista 媒体中心..... 101

5.1 娱乐组件基本应用.....	102
5.1.1 图片浏览 Windows Photo Gallery.....	102
5.1.2 影片制作工具 Windows Movie Maker.....	108
5.1.3 Windows Vista 媒体中心.....	114
5.2 调节媒体音量.....	120
5.2.1 设置声音和音频设备.....	120
5.2.2 设置音量控制器.....	123
5.2.3 使用录音机录制声音.....	124
5.3 其他娱乐应用.....	125
5.3.1 Windows Vista 播放器 版本切换.....	126
5.3.2 使用 Media Player11 翻录音乐 CD.....	126
5.3.3 在 Windows Vista 中 制作电子相册.....	128
5.4 光盘刻录.....	130
本章小结	131
过关实战	132

第 6 章 Windows Vista 账户管理..... 133

6.1 用户账户管理基础.....	134
6.1.1 用户账户的用途.....	134

6.1.2 用户账户的类型.....	134
6.1.3 切换用户账户.....	134
6.2 用户账户管理.....	135
6.2.1 新建用户账户.....	135
6.2.2 管理用户账户.....	137
6.2.3 删除用户账户.....	140
6.3 使用家长控制.....	142
6.3.1 创建子账户.....	142
6.3.2 设置子账户权限.....	143
本章小结	146
过关实战	146

第 7 章 Windows Vista 维护与优化..... 147

7.1 软件维护与管理.....	148
7.1.1 管理自启动项目.....	148
7.1.2 管理 Windows 临时文件.....	149
7.2 Windows Vista 系统基本维护.....	152
7.2.1 使用监视器监控系统.....	152
7.2.2 电源管理方案.....	155
7.2.3 使用 Windows Vista 的 系统还原功能.....	157
7.2.4 利用 ReadyBoost 提升系统性能.....	161
7.2.5 使用 Windows Vista 系统优化软件.....	161
7.2.6 Windows Vista 垃圾文件 清理.....	162
7.3 其他优化措施.....	163
7.3.1 优化系统视觉效果.....	163
7.3.2 关机清理系统页面文件.....	166
7.3.3 缩短启动等待时间.....	167
7.3.4 加快系统关机速度.....	167
本章小结	170
过关实战	170

第8章 Windows Vista

安全管理..... 171

8.1 系统安全基础..... 172

8.1.1 正确认识电脑病毒..... 172

8.1.2 日常使用安全常识..... 174

8.1.3 了解木马..... 174

8.2 系统安全基本设置..... 175

8.2.1 删除不需要的协议..... 175

8.2.2 禁用文件和打印共享服务..... 177

8.2.3 禁用不必要的服务..... 177

8.2.4 打开系统自带防火墙功能..... 178

8.3 其他安全防范..... 179

8.3.1 安装病毒防火墙软件..... 180

8.3.2 使用 BitLocker 保障
系统安全..... 1828.3.3 使用 CompletePC
备份功能..... 184

8.3.4 关闭 UAC 功能..... 185

8.3.5 绕过 UAC 开启超级
管理员权限..... 1868.3.6 保护开始菜单中的
个人隐私..... 187

8.4 系统安全组件..... 188

8.4.1 恶意软件扫描..... 188

8.4.2 家长控制功能应用..... 191

本章小结..... 192

过关实战..... 192

第9章 使用 Windows Vista

网上冲浪..... 193

9.1 网上冲浪基本设置..... 194

9.1.1 建立拨号连接..... 194

9.1.2 测试网络连接状况..... 196

9.2 网上浏览..... 197

9.2.1 认识 IE 7.0 浏览器..... 197

9.2.2 使用 IE 7.0 浏览网页..... 200

9.2.3 使用 IE 7.0 保存网页内容..... 200

9.2.4 使用 IE 7.0 收藏网址..... 200

9.2.5 使用 IE 7.0 脱机浏览..... 202

9.3 资料下载..... 202

9.3.1 利用 IE7.0 下载网页内容..... 202

9.3.2 利用下载软件
下载网页内容..... 203

9.4 邮件收发..... 204

9.4.1 电子邮件基础..... 204

9.4.2 利用系统自带
程序收发邮件..... 208

9.5 在线即时聊天..... 212

9.5.1 在线即时聊天种类介绍..... 212

9.5.2 登录即时聊天在线网站..... 212

9.5.3 使用聊天工具..... 215

本章小结..... 220

过关实战..... 220

第10章 基于 Windows Vista 的

局域网组建..... 221

10.1 局域网基本知识..... 222

10.1.1 局域网拓扑结构..... 222

10.1.2 基本网络硬件..... 225

10.2 基本网络组建..... 228

10.2.1 确定组建方案..... 228

10.2.2 硬件连接..... 229

10.2.3 软件配置..... 229

10.2.4 测试连接..... 231

10.3 局域网应用..... 231

10.3.1 局域网资源共享..... 231

10.3.2 网络打印..... 233

10.3.3 远程桌面连接..... 233

10.4 无线局域网组建..... 235

10.4.1 了解无线局域网结构..... 235

10.4.2 基本无线网络硬件	236
10.4.3 硬件连接	237
10.4.4 软件配置	238
10.4.5 测试连接	242
本章小结	242
过关实战	242

Part 2 技能提高篇

第 11 章 Windows Vista 安装与启动——技能提高..... 245

001 招: 制作精简版安装程序	246
002 招: 制作系统安装光盘	246
003 招: 利用 U 盘安装系统	247
004 招: 自动安装 Windows Vista 系统	247
005 招: 配置 Windows Vista 和 DOS 环境共存	247
006 招: 利用“任务管理器”关闭系统	248
007 招: 在“开始”菜单中实现系统关闭	248
008 招: 登录账户的切换	248
009 招: 定制个性化的启动画面	249
010 招: 查看当前系统激活状态	249
011 招: 修改启动音乐	250
012 招: 利用 BcdEdit 命令编辑启动选项	250
013 招: 设置 Vista 登录提示信息	252
014 招: 恢复经典登录方式	252
015 招: 调整启动后应用程序音量	253
016 招: 修改登录界面	254

第 12 章 桌面与外观个性调整——技能提高..... 255

001 招: 调整字体大小	256
002 招: 连接其他外部显示器	256
003 招: 更改 Windows Vista 颜色风格	257
004 招: 将 Windows Vista 修改为 Windows 2000 风格	257
005 招: 调整桌面背景	257
006 招: 个性设置屏幕保护程序	258
007 招: 修改鼠标指针方案	258
008 招: 调整窗口边框尺寸	258
009 招: 调整显示分辨率	259
010 招: 屏幕刷新频率的调整	259
011 招: 让 Vista 使用第三方系统主题	259
012 招: 从“开始”菜单搜索程序	260
013 招: 将“运行”命令添加到“开始”菜单	260
014 招: 还原“开始”菜单的默认设置	261
015 招: 设置任务栏的自动隐藏	261
016 招: 突出显示新安装程序	261
017 招: 自定义开始菜单项目	262
018 招: 隐藏不活动的图标	262
019 招: 添加常用文件到工具栏	263
020 招: 调整任务栏大小	263
021 招: 添加或删除快速启动栏	264
022 招: 将常用程序添加到快速启动栏	264
023 招: 同步 Internet 时间	264
024 招: 加快开始菜单显示速度	264
025 招: 什么是实况任务栏缩略图	265
026 招: 自定义时间显示样式	265
027 招: 解决任务栏假死现象	265

- 028 招: 使用键盘打开
快速启动项目 266
- 029 招: 在“开始”菜单中添加
管理员权限快捷方式 266
- 030 招: Windows Vista 侧边栏
各部分介绍 267
- 031 招: 让侧边栏始终保持
在窗口前端 267
- 032 招: 添加小工具 267
- 033 招: 在桌面上放置小工具 268
- 034 招: 搜索已安装的小工具 268
- 035 招: 将侧边栏放置到
其他监视器上 268
- 036 招: 让多个 Vista 共享侧边栏 268
- 037 招: 隐藏或透明显示语言栏 270
- 038 招: 更改 DOS 命令提示符的
预定目录 270
- 039 招: 分组任务栏上的
相似按钮 271
- 040 招: 利用注册表调整任务栏的
默认分组数量 271
- 041 招: 自动更换壁纸 272
- 042 招: 查找任务栏 272
- 043 招: 快捷键方式操作侧边栏 272
- 044 招: 快捷键方式操作侧边栏 272

第 13 章 文件管理应用 ——技能提高 273

- 001 招: 创建压缩文件夹 274
- 002 招: 向压缩文件夹中
添加文件 274
- 003 招: 解压文件/文件夹 274
- 004 招: 获取扩展的快捷菜单 274
- 005 招: 增加右键“发送到”命令
的选项 274
- 006 招: 实施文件拷贝提速 275
- 007 招: 选择合适的文件
搜索方法 275
- 008 招: 从搜索框中搜索文件 276
- 009 招: 保存搜索结果 276
- 010 招: 修改文件夹样式 276
- 011 招: 调整文件夹查看方式 277
- 012 招: 资源管理器窗口
布局调整 277
- 013 招: NTFS 分区中的
文件压缩 277
- 014 招: 定制文件关联 277
- 015 招: 批量修改文件名 278
- 016 招: 更改文件默认的
打开程序 278
- 017 招: 找回丢失的
“文件夹选项” 279
- 018 招: 修改索引位置 279
- 019 招: 为加密文件建立索引 279
- 020 招: 更改脱机文件容量限制 280
- 021 招: 禁用脱机文件 280
- 022 招: 加密脱机文件 281
- 023 招: 备份加密证书 281
- 024 招: 利用“虚拟文件夹”
管理文件 281
- 025 招: 让 Vista 恢复传统
文件夹样式 282
- 026 招: 在 Vista 中巧妙
选取多个文件 282
- 027 招: Windows Vista 中
Ctrl 键的用途 282
- 028 招: 开启复选框功能 283
- 029 招: 巧用“回收站”的
“编辑”菜单 283
- 030 招: 在任意位置建立回收站 284
- 031 招: 快速删除“回收站”中的
文件 284
- 032 招: 用“回收站”实现
批量重命名 284

第 14 章 系统环境应用 ——技能提高 285

- 001 招: 快捷查看正在使用的
Windows 版本信息 286
- 002 招: 快速锁定计算机 286
- 003 招: 快速关闭一系列窗口 286
- 004 招: 快速清空回收站 286
- 005 招: 在命令行窗口使用
Tab 键 286
- 006 招: 使用 Flip 3D 切换
Vista 窗口 287
- 007 招: 设置 Windows Vista
自动登录 287
- 008 招: 查看系统问题历史记录 288
- 009 招: 设置事件过滤机制 288
- 010 招: 创建计划任务 289
- 011 招: 修改默认启动的
操作系统 289
- 012 招: 调整系统视觉效果 289
- 013 招: 修改虚拟内存设置 290
- 014 招: 为程序启用 DEP 保护 291
- 015 招: 使用 Windows 日历创建
日程提醒 291
- 016 招: 在任务管理器中查看运行
程序的具体路径 291
- 017 招: 让系统检查更为迅速 292
- 018 招: 让闪烁光标更容易看到 293
- 019 招: 让 Vista 系统拥有
经典登录方式 293
- 020 招: 打开可靠性和性能
监视器 294
- 021 招: 在“系统信息”中查看
高级的系统详细信息 294
- 022 招: 启用系统性能评定功能 295
- 023 招: 使用“问题报告和
解决方案” 295
- 024 招: 找回“丢失”的
“运行”命令 296

- 025 招: 用 Vista 自带功能实现
屏幕截图 296
- 026 招: 修复系统无声方案 296
- 027 招: 在 Windows Vista 中
写日记 297
- 028 招: 快速启用“讲述人” 297
- 029 招: 使用粘滞便笺 297
- 030 招: 禁用同步 297

第 15 章 Windows Vista 组策略 应用——技能提高 299

- 001 招: 组策略能实现的目标 300
- 002 招: 组策略一般操作步骤 300
- 003 招: 控制移动设备访问 300
- 004 招: 隐藏桌面的系统图标 300
- 005 招: 使用组策略配置
Internet Explorer 301
- 006 招: 关闭显示器的延迟时间 301
- 007 招: 自动记录上次登录时间 301
- 008 招: 给“开始”菜单减肥 302
- 009 招: 保护“任务栏”和
“开始”菜单 302
- 010 招: 禁止“注销”和
“关机”计算机 302
- 011 招: 利用组策略保护个人
文档隐私 302
- 012 招: 设置并锁定 Windows
Media Player 外观 302
- 013 招: 屏蔽使用所有 Windows
Update 功能的访问 302
- 014 招: 设置关闭硬盘的
时间长度 303
- 015 招: 用户账户控制设置 303
- 016 招: 隐藏指定驱动器 303
- 017 招: 禁止使用命令提示符 304
- 018 招: 让 Vista 控制面板
内容一目了然 304

第 16 章 系统维护与优化

——技能提高 305

- 001 招: 利用 U 盘提升系统性能 ... 306
- 002 招: 全面删除 NIFS 分区文件.. 306
- 003 招: Vista 与 XP 双系统快速
恢复方法 307
- 004 招: 一次性删除文件的
快捷方法 307
- 005 招: 清除垃圾文件 307
- 006 招: 清除高速缓存中的信息 ... 308
- 007 招: 利用“系统恢复选项”
修复受损 计算机..... 308
- 008 招: Windows Vista 提速方法... 309
- 009 招: 查找 Windows Vista 运
行变慢的原因 310
- 010 招: 限制系统还原使用的
硬盘空间 310
- 011 招: 利用系统文件完整性
检查功能维护系统..... 310
- 012 招: 停止报告程序问题..... 311
- 013 招: 清楚了解磁盘碎片整理的
时间..... 311
- 014 招: 利用磁盘碎片整理
程序清理磁盘..... 312
- 015 招: 使用计划功能实施
磁盘碎片整理..... 312
- 016 招: 绕过 UAC 开启超级
管理员权限 312
- 017 招: 善用 Vista 系统中的
DOS 命令 313
- 018 招: 巧用注册表释放内存空间 313
- 019 招: 禁用 UI 语言修改..... 313
- 020 招: 判断 Vista 是否支持
Aero 特效 314
- 021 招: 在 Vista 中导入 OE 邮件... 314
- 022 招: 合理规划硬盘空间..... 315
- 023 招: 利用“Recovery Manager”
实现恢复盘创建 315
- 024 招: 删除多余的字体 315
- 025 招: 删除无用的输入法 316
- 026 招: 删除无用的帮助文件..... 316
- 027 招: 删除“家长控制”带来的
多余用户 316
- 028 招: 利用“Vista BootPro”实现
多重启动菜单的备份..... 317
- 029 招: 利用“Vista BootPro”实现
启动菜单的个性定制..... 317
- 030 招: 使用兼容性向导定制程序
运行方式..... 317
- 031 招: 删除“最近的更改”
信息..... 319
- 032 招: 彻底删除“最近的更改” 320
- 033 招: 在“收藏夹链接”中
添加常用文件夹..... 320
- 034 招: Vista 也能使用智能
ABC 输入法 321
- 035 招: 设定系统蓝屏时
自动重启..... 321
- 036 招: 选择 Windows Vista
专门优化软件 321
- 037 招: Vista 快速进入
网络连接窗口 322
- 038 招: 缩短关机等待时间 322
- 039 招: 让 Windows Vista
效果更炫丽..... 323
- 040 招: 找回系统托盘上消失的
网络图标..... 323
- 041 招: 在 Vista 系统中
启用大缓存..... 323
- 042 招: 自动关闭停止响应的程序. 323
- 043 招: 创建磁盘清理配置文件..... 324
- 044 招: 减少磁盘扫描的等待时间. 324
- 045 招: 加快子菜单显示速度 324



技能入门篇

从零开始——一点不懂先入门

学习导航：

如果您是 Windows Vista 系统的初学读者，或对 Windows Vista 系统有点了解，但基础不太好的读者，请您静下心来，认真并系统地学习本书的入门篇内容。

通过本篇内容的学习，您会快速掌握 Windows Vista 系统的相关知识。将让您学会 Windows Vista 系统的安装、基本操作、工作环境设置、磁盘管理与优化、文件及文件夹的管理、系统帐户管理、多媒体娱乐、Windows Vista 系统网络应用等内容。

- 第 1 章 Windows Vista 安装使用
(主要介绍了 Windows Vista 系统的发展、版本认识及安装方法等知识)
- 第 2 章 Windows Vista 快速入门
(主要介绍了桌面、窗口、对话框、菜单等基本操作)
- 第 3 章 设置个性化的工作环境
(主要介绍了 Windows Vista 系统的个性化设置等知识)
- 第 4 章 Windows Vista 文件系统与磁盘管理
(主要介绍了 Windows Vista 系统的文件资源管理及磁盘管理等知识)
- 第 5 章 Windows Vista 媒体中心
(主要介绍了 Windows Vista 系统自带娱乐组件的使用等知识)
- 第 6 章 Windows Vista 账户管理
(主要介绍了 Windows Vista 系统帐户的创建、管理及家长控制等知识)
- 第 7 章 Windows Vista 维护与优化
(主要介绍了 Windows Vista 系统的维护方法与优化管理方法)
- 第 8 章 Windows Vista 安全管理
(主要介绍了 Windows Vista 系统安全的设置与防范等知识)
- 第 9 章 使用 Windows Vista 网上冲浪
(主要介绍 Windows Vista 系统的互联网连接、网络浏览、资料下载、邮件收发、网上聊天等知识)
- 第 10 章 基于 Windows Vista 的局域网组建
(主要介绍了电脑局域网的基本知识、基于 Windows Vista 系统局域网的组建方法等知识)