

新手从**零**学系列



XinShouCongLingXue

新手从**零**学

Windows 操作应用

WindowsGaozuoYingyong

刘正红 主编

图解教学、互动学习

全新教程、轻松自学

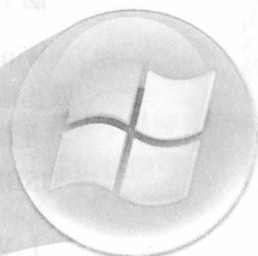
精美排版、双色印刷

互动光盘、超长播放

上海科学普及出版社



新手从  学系列



xinshouconglingxue

新手从零学

Windows 操作应用

Windowscaozuoyingyong

刘正红 主编



上海科学普及出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

Windows 操作应用 / 刘正红主编. —上海: 上海科学普及出版社, 2008. 1

(新手从零学系列)

ISBN 978-7-5427-3852-3

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 146014 号

策划编辑 胡名正

责任编辑 徐丽萍

新手从零学系列

Windows 操作应用

刘正红 主编

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路 832 号 邮政编码 200070)

<http://www.pspsh.com>

各地新华书店经销

北京市燕山印刷厂印刷

开本 787×1092

1/16

印张 14.75

字数 330000

2008 年 1 月第 1 版

2008 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5427-3852-3 / TP · 887

定价: 22.80 元

ISBN 978-7-900448-11-8 / TP · 12 (附赠多媒体教学光盘 1 张)

内 容 提 要

本书是《新手从零学》丛书之一。全书内容由浅入深、从零开始讲解了 Windows XP 在文字输入、个性设置、文件管理、常用组件、应用程序、局域网设置、系统维护与安全管理等方面的内容。

本书主要内容包括：Windows XP 快速入门、Windows XP 全面解析、Windows XP 文字输入、Windows XP 个性设置、Windows XP 文件管理、Windows XP 中的常用组件、应用程序与硬件管理、畅游 Internet、使用 Outlook Express、局域网设置与管理、系统维护与安全管理等知识。

本书采用环境教学法，具有知识互补性，版式新颖、语言浅显易懂、书盘结合、互动教学；实用性强、可操作性高、学习轻松容易。

本书面向初学者，适合于广大电脑初、中级用户、从事电脑办公的相关人员以及对 Windows XP 系统感兴趣的读者。

前 言

Windows XP 拥有精美的操作界面、超强的娱乐和上网功能,是目前普遍使用的操作系统。相对于以往的 Windows 系统平台,Windows XP 在网络和多媒体功能及外观方面都很优秀,在兼容性、稳定性及安全性方面也非常不错,特别适合家庭和普通办公用户使用。因此,掌握 Windows XP 的使用方法是学习电脑操作的基础。

本书内容安排

本书充分考虑读者的学习过程和实际需求,合理安排学习结构和学习内容,运用简练流畅的语言,结合丰富实用的案例,配以“长见识”、“注意啦”、“记住哦”和“多学点”等体例,由浅入深地对 Windows XP 的使用进行了全面而系统的讲解。

章 节	主要内容与学习目的
第 1 章 Windows XP 快速入门	本章讲解了 Windows XP 的一些基础知识,包括初识 Windows XP,键盘和鼠标操作,Windows XP 的安装、启动与退出等内容
第 2 章 Windows XP 全面解析	本章分别对 Windows XP 系统的桌面、“开始”菜单、任务栏、窗口、对话框以及帮助和支持中心等内容进行了详细介绍,使读者对 Windows XP 有一个全面的认识和了解
第 3 章 Windows XP 文字输入	本章主要讲解了文字输入的知识与操作。介绍了音码和形码输入法,重点讲解了五笔输入法的使用
第 4 章 Windows XP 个性设置	本章主要对 Windows XP 进行个性化设置作了介绍,包括设置日期和时间、桌面外观、控制面板、鼠标状态、系统字体及用户账户等
第 5 章 Windows XP 文件管理	本章系统地介绍了文件与文件夹及其浏览与管理方法,同时还介绍了回收站的管理和文件的备份及还原知识
第 6 章 Windows XP 中的常用组件	本章首先讲解了 Windows XP 中的常用组件,包括记事本、写字板、计算器、录音机、画图程序和通讯簿,然后重点介绍了 Windows Media Player 和 Windows Movie Maker 的使用
第 7 章 应用程序与硬件管理	本章对应用程序的安装、卸载以及硬件驱动程序的安装、更新与卸载进行了详细介绍
第 8 章 畅游 Internet	本章介绍了如何在 Windows XP 中进行 Internet 浏览,包括 IE 浏览器的使用、网络信息的搜索、在线娱乐、图片与资料的下载等知识
第 9 章 使用 Outlook Express	本章详细介绍了 Outlook Express 软件的使用方法,主要包括使用 Outlook Express 进行邮件收发的方法以及对 Outlook Express 进行管理 etc 知识

续 表

章 节	主要内容与学习目的
第 10 章 局域网设置与管理	本章介绍了 Windows XP 中局域网设置与管理的方法, 包括网络设备、设置局域网、共享局域网资源等内容
第 11 章 系统维护与安全管理	本章介绍了如何对 Windows XP 系统进行维护与安全管理, 主要包括磁盘的管理维护、使用 Windows 优化大师、系统安全的设置、系统安全工具的使用方法等知识

本书适合对象

本书专为电脑初学者编写, 适合以下读者学习使用:

- (1) 从事计算机相关行业的人员。
- (2) 对计算机应用感兴趣的业余爱好者或家庭读者。
- (3) 电脑培训班中学习相关内容的学员。
- (4) 大、中专院校相关专业的学生。

编 者

2007年11月

目 录

第 1 章 Windows XP 快速入门 3

1.1 初识 Windows XP 3	
1.1.1 Windows XP 的版本 3	
1.1.2 Windows XP 的优点 4	
1.2 操作键盘的方法 4	
1.2.1 键盘分区 5	
1.2.2 键盘的操作规范 6	
1.3 操作鼠标的方法 8	
1.3.1 鼠标的正确握法 9	
1.3.2 鼠标的基本操作 9	
1.4 Windows XP 的安装方式及运行环境 9	
1.4.1 Windows XP 的安装方式 10	
1.4.2 Windows XP 运行环境的要求 10	
1.5 全新安装 Windows XP 10	
1.6 启动与退出 Windows XP 15	
1.6.1 启动 Windows XP 15	
1.6.2 退出 Windows XP 16	
学习总结 16	
边学边练 17	

第 2 章 Windows XP 全面解析 21

2.1 认识 Windows XP 系统桌面 21	
2.2 认识“开始”菜单 21	
2.2.1 认识“开始”菜单 22	
2.2.2 操作“开始”菜单 22	
2.3 认识任务栏 24	
2.3.1 认识任务栏 24	
2.3.2 操作任务栏 25	
2.4 认识窗口 26	

2.4.1 认识窗口 26	
2.4.2 窗口的操作方法 28	
2.5 认识对话框 29	
2.6 认识帮助和支持中心 30	
2.6.1 启动帮助主题 30	
2.6.2 搜索帮助主题 31	
学习总结 33	
边学边练 34	

第 3 章 Windows XP 文字输入 37

3.1 初识输入法 37	
3.1.1 启动中文输入法 37	
3.1.2 认识输入法状态条 37	
3.1.3 添加输入法 38	
3.1.4 删除输入法 39	
3.2 拼音输入法 39	
3.2.1 全拼输入法 39	
3.2.2 智能 ABC 输入法 40	
3.2.3 紫光拼音输入法 42	
3.3 五笔输入法 44	
3.3.1 认识五笔 44	
3.3.2 认识字根 44	
3.3.3 字根在键盘上的分布 44	
3.3.4 五笔字型的拆分原则 45	
3.3.5 合体字的输入 46	
3.3.6 五笔字型的简码输入 47	
3.3.7 五笔字型的词组输入 48	
学习总结 49	
边学边练 49	

第 4 章 Windows XP 个性设置 53

4.1 设置控制面板 53	
---------------------	--

4.1.1 启动控制面板	53	5.3.6 删除文件和文件夹	81
4.1.2 设置显示方式	53	5.3.7 设置文件和文件夹属性	82
4.2 设置日期和时间	54	5.3.8 搜索文件	83
4.2.1 修改日期和时间	54	5.3.9 设置共享文件夹	84
4.2.2 隐藏日期和时间	55	5.4 管理“回收站”	85
4.3 设置桌面外观	55	5.4.1 清空“回收站”	85
4.3.1 设置经典界面	55	5.4.2 还原被删除的文件	86
4.3.2 设置桌面背景	56	5.4.3 自定义“回收站”设置	87
4.3.3 设置桌面图标	57	5.5 文件的备份与还原	88
4.3.4 设置屏幕保护	58	5.5.1 文件的备份	88
4.3.5 设置屏幕分辨率	59	5.5.2 文件的还原	90
4.4 设置鼠标状态	60	学习总结	91
4.4.1 设置按键位置	60	边学边练	91
4.4.2 设置鼠标指针形状	61	第6章 Windows XP 中的常用组件	95
4.5 设置系统字体	61	6.1 实用附件程序	95
4.5.1 查看字体	61	6.1.1 使用记事本	95
4.5.2 安装字体	62	6.1.2 使用写字板	96
4.5.3 删除字体	63	6.1.3 使用计算器	98
4.6 设置用户账户	64	6.1.4 使用录音机	99
4.6.1 添加新用户账户	64	6.1.5 使用“画图”程序	100
4.6.2 设置用户账户	66	6.1.6 使用通讯簿	101
学习总结	68	6.2 Windows Media Player	102
边学边练	68	6.2.1 播放影音文件	103
第5章 Windows XP 文件管理	71	6.2.2 使用 Media Player 收听广播	104
5.1 认识文件与文件夹	71	6.2.3 设置 Media Player 的外观	105
5.1.1 文件和文件夹	71	6.3 Windows Movie Maker	106
5.1.2 文件类型	71	6.3.1 Windows Movie Maker 窗口简介	106
5.2 浏览文件和文件夹	72	6.3.2 Windows Movie Maker 基本操作	107
5.2.1 使用“我的电脑”窗口浏览	72	学习总结	112
5.2.2 使用资源管理器浏览	73	边学边练	112
5.3 管理文件与文件夹	74	第7章 应用程序与硬件管理	115
5.3.1 查看 Windows XP 文件	74	7.1 安装应用程序	115
5.3.2 新建文件夹和文件	76	7.1.1 安装应用软件	115
5.3.3 选择文件和文件夹	77		
5.3.4 移动或复制文件	79		
5.3.5 重命名文件夹或文件	80		

7.1.2	添加 Windows 组件	118
7.2	卸载应用程序	119
7.2.1	卸载应用程序	119
7.2.2	删除 Windows 组件	121
7.3	安装硬件驱动程序	123
7.3.1	安装即插即用硬件	123
7.3.2	安装非即插即用硬件	123
7.4	更新与卸载驱动程序	127
7.4.1	更新硬件驱动程序	127
7.4.2	卸载硬件驱动程序	129
	学习总结	130
	边学边练	130

第 8 章 畅游 Internet 133

8.1	Internet 基础	133
8.1.1	认识 Internet	133
8.1.2	建立 Internet 连接	133
8.2	使用 IE 浏览器	136
8.2.1	认识 IE 浏览器	136
8.2.2	使用 IE 浏览网页	137
8.2.3	收藏实用网页	137
8.2.4	查看历史记录	138
8.2.5	设置 IE 主页	139
8.3	搜索网络信息	140
8.3.1	使用 Google 搜索	140
8.3.2	使用 Baidu 搜索	146
8.4	在线娱乐	154
8.4.1	在线听歌	154
8.4.2	在线电视	155
8.4.3	在线电影	156
8.4.4	动漫欣赏	157
8.5	下载图片和资料	158
8.5.1	保存整个网页	158
8.5.2	保存网页中的图片	159
8.5.3	保存网页中的文字	160
8.5.4	使用 IE 下载软件	161
	学习总结	162

	边学边练	162
--	------	-----

第 9 章 使用 Outlook Express 165

9.1	Outlook Express 应用基础	165
9.1.1	认识 Outlook Express	165
9.1.2	设置邮箱账户	165
9.2	收发电子邮件	167
9.2.1	发送新邮件	167
9.2.2	接收电子邮件	169
9.2.3	回复电子邮件	170
9.2.4	转发电子邮件	171
9.3	在 Outlook Express 中管理邮件	171
9.3.1	标记已读邮件	171
9.3.2	彻底删除无用的邮件	172
9.3.3	对邮件进行分类	173
	学习总结	175
	边学边练	175

第 10 章 局域网设置与管理 179

10.1	认识网络设备	179
10.1.1	认识网卡与网线	179
10.1.2	认识交换机	179
10.2	局域网的设置	180
10.2.1	安装网卡	180
10.2.2	安装网卡驱动程序	180
10.2.3	设置计算机的 IP 地址	182
10.3	共享网络资源	184
10.3.1	访问网络中的计算机	184
10.3.2	访问共享的文件或文件夹	185
10.3.3	实现打印机共享	185
	学习总结	188
	边学边练	188

第 11 章 系统维护与安全管理 191

11.1	磁盘管理维护	191
11.1.1	扫描磁盘	191
11.1.2	清理磁盘	192

11.1.3	磁盘碎片整理	193	11.3.4	禁用不必要的服务	205
11.2	使用 Windows 优化大师	194	11.3.5	及时更新系统与打补丁	206
11.2.1	系统信息检测	194	11.3.6	Windows XP 防火墙设置	207
11.2.2	自动优化	195	11.4	系统安全工具的使用	210
11.2.3	开机速度优化	197	11.4.1	江民杀毒软件 KV 2006	211
11.2.4	清理垃圾文件	198	11.4.2	瑞星杀毒 2006	213
11.2.5	智能备份驱动程序	199	11.4.3	天网防火墙	216
11.2.6	注册表清理	200	11.4.4	木马克星 (Iparmor)	218
11.3	系统安全设置	201	11.4.5	木马杀客	221
11.3.1	禁用 NetBIOS	201	学习总结	223	
11.3.2	禁用文件和打印共享服务	202	边学边练	223	
11.3.3	启用 TCP/IP 筛选	203			

第 1 章

Windows XP 快速入门

Windows XP 作为一个强劲的操作系统，与以往的 Windows 版本相比，有着许多不同之处。

本章将详细讲解 Windows XP 系统的基础知识，使计算机的初级用户能进行一些基本的操作。

- 初识 Windows XP
- 操作键盘的方法
- 操作鼠标的方法
- Windows XP 的安装方式及运行环境
- 全新安装 Windows XP
- 启动与退出 Windows XP

Windows XP 作为一个成熟的操作系统，其安装与使用有着许多需要注意的地方。本书以图文并茂的形式，详细介绍了 Windows XP 的安装、使用、维护及故障排除等方面的知识，力求做到深入浅出、循序渐进，使读者在轻松愉快的氛围中，掌握 Windows XP 的精髓。



- 了解 Windows XP
- 硬件配置的要求
- 操作系统的安装
- Windows XP 的安装方法
- 全新安装 Windows XP
- 升级或还原 Windows XP



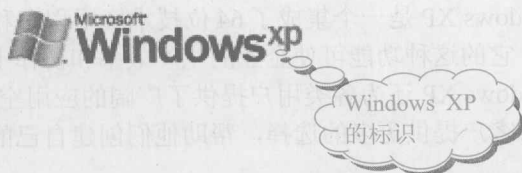
第 1 章 Windows XP 快速入门

◎ 光盘导读

本章涉及的理论知识较少，而实际操作较多，建议读者在学习时参照本书所赠交互式多媒体教学光盘，将理论知识和实际操作相结合进行学习；对于书中没有讲解的部分，可仔细听光盘中的语音讲解，并进入交互状态亲自操作，最后自行练习。

1.1 初识 Windows XP

Windows XP 是一个功能相当强大的操作系统。本节将对 Windows XP 系统作总体的介绍，使读者对 Windows XP 有一个初步的认识。



1.1.1 Windows XP 的版本

中文版 Windows XP 于 2001 年正式发布，根据用户对象的不同，微软公司提供了以下几种不同的版本：

- Windows XP Home Edition (家庭版)：此版本是作为 Windows 98/Me 的升级版本设计的，所以它具有与 Windows Me 相同类型的个人功能，适用于家庭娱乐用户。
- Windows XP Professional (专业版)：此版本在多用户策略、安全管理、多国语言支持、系统配置和网络管理等一些高级性能上显示出更为强大的功能，同时包含 Windows XP Home Edition 中能实现的所有功能。
- Windows XP 64 bit Edition (64 位版本)：此版本是微软公司在 2005 年 4 月发布的一个全新版本，主要为满足需要大量内存和浮点性能的客户的需求，如在机械设计和分析、三维动画、视频编辑和创作以及高性能计算应用程序等领域中的使用。
- Media Center Edition 版：此版本是微软公司为专用 PC 开发的集电视、音乐、图片、视频和 DVD 等娱乐功能为一体的操作系统。
- Tablet PC Edition 版：此版本是微软公司专为平板电脑 Tablet PC 所开发的操作系统，是 Professional 版本的扩展。

长见识

Windows XP 的 XP 代表 eXperience，即体验的意思。

注意啦

一般常见的 Windows XP 操作系统有家庭版、专业版和 64 位版本，其他版本的应用则相对较少。

1.1.2 Windows XP 的优点

相对于以往的 Windows 系统平台, Windows XP 在网络和多媒体功能以及外观上都更出色, 在兼容性、稳定性以及安全性等方面也非常不错, 特别适合家庭和普通办公用户使用。

Windows XP 主要具有以下优点:

1. 性能更高

Windows XP 操作系统最高可支持 16GB 内存和 16TB 虚拟内存, 使得应用程序可快速处理大量数据集合。

- Windows XP 版本针对 Itanium 平台进行了特别优化, 可充分利用 Itanium 的主要功能。
- Windows XP 的设计目标是支持多处理功能、最大化系统的性能和可伸缩性。
- Windows XP 充分利用 Itanium 平台, 增强了浮点性能。

2. 协作性更强

Windows XP 是一个集成了 64 位技术应用程序和 32 位商务应用程序的综合平台, 它的这种功能可使企业的生产效率和协作上升到一个新的水平。

Windows XP 还为各类用户提供了广阔的应用空间, 硬件提供商和合作伙伴可以为客户提供更多的选择, 帮助他们创建自己的解决方案。

3. 更加开放的平台

Windows XP 拥有比以往 Windows 版本更加开放的平台, 可以帮助用户更好地完成各种任务。

- Microsoft 引领开发了 Microsoft.Net 平台, 使用此平台可开发与 Web 集成的下一代应用程序。
- Windows 拥有最完善的开发工具, 可应用于任何平台, 使用这些工具可以轻松地构建下一代应用程序。
- 使用 Windows 的程序设计模型, 开发人员可以使用一种代码库创建 32 位和 64 位两种版本的应用程序。

总之, 在 Windows XP 系统中, 增加了众多的新技术和新功能, 使用户能够更轻松地完成各种管理和操作。

1.2 操作键盘的方法

键盘是电脑最基本的输入设备, 要想熟练地驾驭电脑, 首先要掌握键盘的使用。

多学点

Itanium 是 Intel 公司推出的一款 64 位处理器, 一般应用在服务器或工作站上。处理器市场中的 64 位处理器, 主要有 AMD 公司生产的 Athlon 64 位版本和 Intel 公司生产的 Pentium 64 位版本。

长见识

中文版 Windows XP 采用的是 Windows NT/2000 的核心技术, 运行可靠、稳定且快速, 为用户计算机能安全、正常、高效地运行提供了有力的保障。

1.2.1 键盘分区

键盘上的键位并不是杂乱无序地任意放置在一起的，而是根据不同的功能、不同的特点分类排列的。一个完整的键盘可以划分成 4 个分区，分别是功能键区、主键盘区、光标控制键区和数字小键盘区。



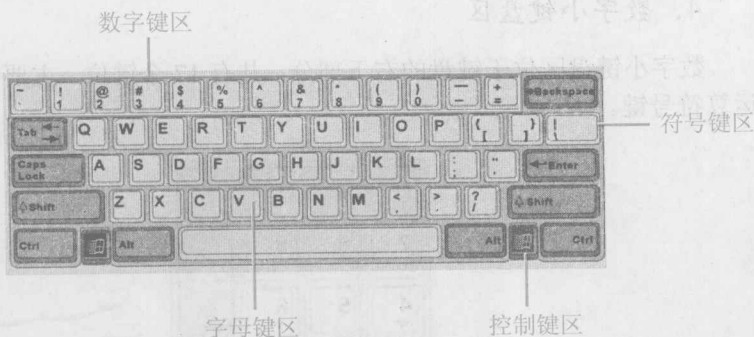
注意啦

键盘分区不止一种方式，本节介绍的是最常见的一种分区方式。

1. 主键盘区

主键盘区也称打字键区，是键盘上最重要的区域，也是使用最频繁的区域。它的主要功能是用来录入数据、程序和文字等。

主键盘区主要由数字键、字母键、控制键、标点符号键及一些特殊符号键构成。



注意啦

主键盘区的【Shift】键、【Ctrl】键和【Alt】键的使用频率非常高。

主键盘区共有 60 个键位，其中：

- 数字键：10 个，为从 0~9。
- 字母键：26 个，为从 A~Z。
- 控制键：12 个，主要用于完成控制操作。
- 符号键：11 个，主要用于输入各种符号。
- 空格键：1 个，位于键盘区最下面一排的中间位置，主要用于在录入时输入空格，也可以用作输入中文编码的确认键。

2. 功能键区

功能键区位于主键盘区的正上方，由【Esc】键、【F1】~【F12】键、电源控制键 16 个键位以及指示灯构成。

长见识

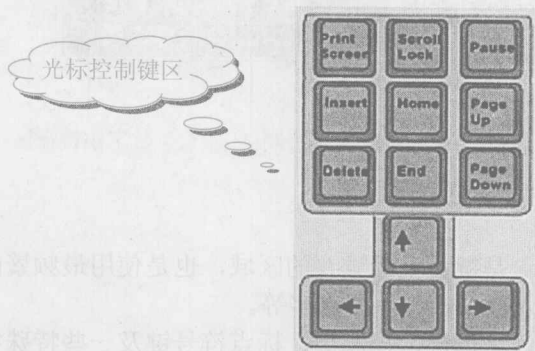
通过电源控制键，可以快速地注销或关闭系统。



功能键区的各个键位都可以用来执行一些快捷操作。如通常情况下，按【Esc】键，表示废止当前命令或取消当前正在运行的程序；按【F1】键，则表示打开帮助文档；使用电源控制键可控制电源。而指示灯则显示当前已进入的输入或显示状态。

3. 光标控制键区

光标控制键区在主键盘区与数字小键盘区之间，它集合了所有对光标进行操作的键位以及一些对页面进行操作的功能键。



4. 数字小键盘区

数字小键盘区位于键盘的右下部分，共有 17 个键位，主要包括数字键和运算符键。



记住哦

数字小键盘虽然与主键盘区的数字键功能相同，但是在设置快捷键时，不能用主键盘的相应键替代数字小键盘上的键位。

数字小键盘适合经常接触大量数据信息的专业人士使用，与主键盘区的数字键位功能相同。

1.2.2 键盘的操作规范

在对键盘的操作过程中，养成正确的操作习惯是十分必要的。下面对键盘的操作规范进行介绍。

1. 正确的姿势

操作键盘的姿势相当重要，如果姿势不当，则容易造成疲劳，同时还会影响输入速度和正确率。



操作键盘的正确姿势要领如下：

- 坐姿：平坐且将身体重心置于椅子上，腰背挺直，双脚自然平放在地上，将身体稍偏向于键盘的左侧，眼睛距显示器的距离为 30cm 左右。
- 手臂：两臂自然下垂并放松，两肘轻贴于腋边 5cm~10cm 处。肘关节垂直弯曲，手腕平直并与键盘下边框保持 1cm 左右的距离。
- 桌椅：椅子高度要适当，尽量使用标准的电脑桌。
- 手指：手指自然弯曲并放在键盘的基本键位上，两手的拇指轻放在空格键上，准确、快速地击键，力求实现“盲打”。

2. 手指的分工

手指的键位分工就是通过手指和键位的搭配，将键盘上的全部字符合理地分配给十个手指，并明确每个手指在键盘上的活动范围。

除大拇指外，其余 8 个手指都分配有一定的活动范围，把字符键划分为 8 个区域，每个手指负责该区域字符的输入。



在输入文字时，两手的 8 个手指（大拇指除外）从左至右依次自然地平放在【A】、【S】、【D】、【F】和【J】、【K】、【L】、【;】这 8 个键位上，双手大拇指放于空格键上。

长见识

目前常见的键盘有 101 键、102 键、104 键、带有光标跟踪球的多功能键盘以及配备手写板的多功能键盘等。

长见识

所谓“盲打”是指不看键盘，凭借记忆快速输入的击键方法。