

【中国老龄科学研究中心组织编写】



老有所学
老有所乐

为老年电脑课堂题

丙戌夏 李宝库



老年

电脑课堂

● 张恺悌 主编 / 于久威 编著

电脑入门



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

【中国老龄科学研究中心组织编写】



老有所学
老有所乐

为老年电脑课堂题
丙戌夏 李宜序

老年

电脑课堂

● 张恺悌 主编 / 于久威 编著

电脑入门



人民邮电出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

电脑入门 / 张恺悌主编; 于久威编著. —北京: 人民邮电出版社, 2006.10
(老年电脑课堂)

ISBN 7-115-15350-7

I. 电... II. ①张... ②于... III. 电子计算机—基本知识 IV. TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 118426 号

内 容 提 要

本书是《老年电脑课堂》系列丛书的一个分册, 对于初次接触电脑的老年朋友, 应该首先阅读本书。本书将帮助您尽快认识电脑, 为进一步学习电脑知识打下基础。本书详细介绍了电脑的基础知识, 其中包括电脑的组成、电脑桌面的设置、窗口的基本结构与操作、文件和文件夹的管理以及启动电脑、关闭电脑的具体方法。

本书面向老年读者, 尤其适合作为社区居民、离退休人员学习电脑知识的入门图书, 同时也适合作为社区电脑培训班及老年大学的教材使用。

老年电脑课堂

电脑入门

◆ 中国老龄科学研究中心组织编写

主 编 张恺悌

编 著 于久威

责任编辑 苏 欣 蒋 艳

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号

邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京铭成印刷有限公司印刷

新华书店总店北京发行所经销

◆ 开本: 787×1092 1/16

印张: 6.25

字数: 110 千字

2006 年 10 月第 1 版

印数: 1—5 000 册

2006 年 10 月北京第 1 次印刷

ISBN 7-115-15350-7/TP · 5737

定价: 15.00 元

读者服务热线: (010)67132692 印装质量热线: (010)67129223

老有所学 老有所乐

為老年电脑課堂題

丙戌夏 李宝库



李宝库

中国人民政治协商会议全国委员会委员
中国老龄事业发展基金会会长
原民政部副部长

《老年电脑课堂》系列丛书编委会

特约顾问

李宝库 中国人民政治协商会议全国委员会委员
中国老龄事业发展基金会会长
原民政部副部长

主 任

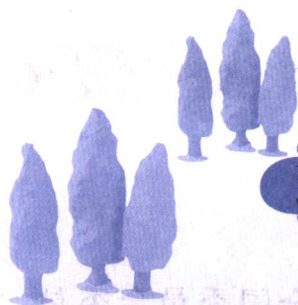
阎青春 中国老龄工作委员会办公室副主任
吕晓春 人民邮电出版社副社长、总编辑

副 主 任

张恺悌 中国老龄科学研究中心主任、研究员
魏津生 中国人口与发展中心研究员
国务院参事
田雪原 中国社会科学院学术委员会委员
中国人口学会常务副会长
张志鑫 中国老龄事业发展基金会副会长
顾 翀 人民邮电出版社副社长

编 委

蒋 伟 尤 靖 阎和平 邹 捷 朱德杰
徐爱玲 田培琦 卫茂春 冯庆延 吴小美



致老年读者



城市公园里聚集的晨练人群，黄昏街边喧闹的秧歌队伍，结伴而行的夕阳红旅游团队，广播电视里频繁播放的养生保健广告……我们已经进入老年社会。

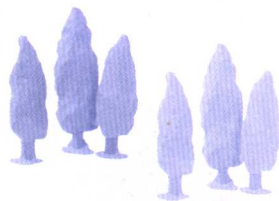
快速更新换代的数字化产品，逐年壮大的网民队伍，人们借助电脑收发邮件、共享照片、看电影、听讲座、查资料、聊天交友、办公炒股……我们已经进入信息化社会。

此时，你走进老年人的行列。“老龄社会信息化”犹如交错路口的一个崭新路标，它色彩斑斓却又扑朔迷离地矗立在那儿，等你重新辨认，等你再次为自己的生活寻找新的乐趣。

全国老龄工作委员会办公室 2006 年 2 月发布的研究报告告诉我们：“到 2004 年底，中国 60 岁及以上的老年人口达到 1.43 亿，占总人口的 10.97%。”也就是说，生活在我们周围的 10 个人中就有一个超过 60 岁。

可以说 20 世纪有两个最大的成就，一是人的寿命延长了，二是人类健康状况改善了。在今天的老龄社会中，老年不再意味着是人生的下坡路，老年不再意味着是余生，而是转折、是重新起步。即使记忆力有些衰退，但也不如常人以为的那样明显；相反却有着丰富的阅历积累和更好的理解力，你仍然可以有梦想，仍然可以有机会重新开始，保持激情、保持精神追求之人必定拥有更加旺盛的生命力。

致老年读者



现在的老年人有幸生活在这样一个信息化的年代里，这是一个“重叠性的世界”。这个世界正在消除文化等级和各学科领域的差别。过去需要在学校里苦读多年才能获得的知识，现在通过电脑查询几分钟即可获得。无论老年青年，都会发现不断更新自己所学，已经成为社会生存之必需。在学习新知识新技术领域里，任何年龄层的人都站在同一个起跑线上。而电脑技能正是融入这个时代的必修课程，这课程的特点恰恰不需要超强的记忆能力，只要走进去玩起来，一天学一点，日积月累定见成效。这就是信息时代送给老年人的最大优势，这优势利于你生命的新转折，利于你生活目标的再次启动。这里的世界很精彩，我们深信老年朋友们在自得其乐的过程中，有所学习，有所收获，不断提高自己的生活质量。

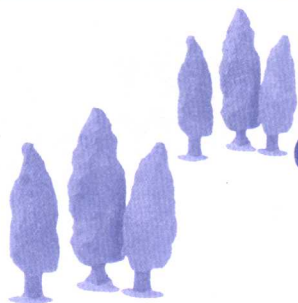


在这样一个生机勃勃的时代，你会发现，人的物质生活有限，人的精神需求却无限。无论什么年龄的人，都可以怀有梦想与渴望，年龄不是问题，重要的是重新定位和勇气。电脑将助你前行，带你走进丰富多彩的快乐生活。



编者





前言



为了帮助广大老年朋友快速掌握电脑知识，让更多的老年朋友成为操作和使用电脑的行家，我们采用全新的编排方式，精心编写了本书，即使您从未接触过电脑，对电脑一窍不通，但只要学习本书，即可在较短的时间内认识电脑。

.....

1. 本书内容

本书是《老年电脑课堂》系列丛书的一个分册，书中详细介绍了电脑的基础知识，其中包括电脑的组成、电脑桌面的设置、窗口的基本结构与操作、文件和文件夹的管理以及启动电脑、关闭电脑的具体方法。

2. 本书读者对象

本书面向老年读者，任何初次接触电脑的老年朋友，应该首先阅读本书。通过阅读本书，读者能尽快了解电脑，为进一步学习电脑知识打下基础。本书尤其适合作为社区居民、离退休人员学习电脑知识的入门图书，同时也适合作为社区电脑培训班和老年大学的教材使用。

3. 如何阅读本书

本书结合老年朋友学习的特点，本着“简单易学、一学就会”的原则，精选与老年朋友生活、学习息息相关的案例，采用全程分步骤、图解的写作方式，全面讲解了汉字输入的具体方法、步骤和技巧。

为了帮助您能够更好地学习和阅读，我们精心设计了图书版式，精心策划了图书中的栏目安排，精选了书中内容和实例。

(1) 怎样阅读“操作步骤”

本书所有的知识点和实际应用案例，都结合图解，分步骤进行讲解。

① 操作步骤



本书根据操作的先后顺序，配备了操作步骤关键图，并以“第1步、

第2步、第3步、第4步、第5步……”的形式排列，详细介绍了操作流程，读者可以采取由上至下的方式，通过阅读关键图和图解文字，学习并掌握相关知识。

② 图中的标注

为了帮助读者更好地理解本书所介绍的内容，我们在插图中以圆角矩形配合线条指示，同时在图文框中标注需要鼠标或者键盘操作的关键点，读者可以根据图中的标注找到具体的操作位置。

(2) 如何使用本书栏目

本书共设计有4种栏目，分别为“边学边练”、“辅导员提示”、“多学一点”和“指点迷津”。

① 边学边练 边学边练

针对实例的操作过程，给出具体的操作步骤，读者可以结合图解，边学习边实践。

② 辅导员提示 辅导员提示

老年人学电脑需要有一个随时给予帮助和指点的辅导员，本栏目的设置就是为了替老年朋友在学习过程中排忧解难，并及时提醒您在学习过程中应注意的问题。

③ 多学一点 多学一点

这个栏目将帮助您在学习过程中拓展思路，掌握更多的操作技巧。

④ 指点迷津 指点迷津

您在学习过程中是否经常会因为一些小的技术问题犯难，那么本栏目将帮助您快速走出学习的误区。

(3) 如何巩固所学知识

为了帮助读者巩固所学知识，书中设置了“本讲小结”和“上机练习”。

① 本讲小结 本讲小结

及时总结本讲所学的知识，并概括介绍各个知识点的主要内容，从而达到举一反三的效果。



② 上机练习 上机练习

读者在学习完一讲的内容后，都希望检验一下自己的学习效果，通过上机练习，读者可以在实践中进一步巩固所学知识，有效地提高动手能力。

.....

我们真切地希望您在阅读本书后，能够了解电脑、认识电脑，尽快掌握电脑知识，并融入到现代信息化生活中来，充分体验信息时代给老年朋友带来的便利与快乐，使生活更加丰富多彩。

本书在策划过程中得到中国老龄事业发展基金会、中国老龄科学研究中心、北京市西城区金融街社区服务中心、北京市西城区展览路社区服务中心、北京市崇文区金鱼池社区服务中心、北京市民盟西城区委老龄委等单位及相关人员的支持和帮助，在此表示感谢。

李军参与了本书的整理工作，在此也表示谢意。

在写作过程中，我们力求精益求精，但书中难免存在考虑不周之处，热忱欢迎读者予以批评、指正，以便日后能为读者编写更好的图书。

如果在使用本书时遇到问题，可以发送电子邮件至 yujiuwei@ptpress.com.cn，与我们交流和沟通。

编 者

2006年9月



读者意见反馈表

亲爱的读者：

感谢您对我们的支持与爱护。您购买的这本书是《老年电脑课堂》丛书中的一本。为了今后能为您提供更优质的老年电脑图书，请您抽出宝贵的时间填写这份调查表。填写完后，可将该表邮寄到北京市崇文区夕照寺街14号A座人民邮电出版社402室，苏欣或蒋艳收，邮编：100061。如发传真给我们，传真号码为010-67132692。我们将充分考虑您的意见和建议，尽可能给您满意的答复。谢谢！

个人资料

姓名：_____ 性别：_____ 年龄：_____ 是否退（离）休：☐是 ☐否 文化程度：_____

通信地址：_____ 邮编：_____

电话（或手机）：_____ 电子邮件（E-mail）：_____

您购买的图书的书名：_____

您从何处得到本书：

- ☐书店 ☐邮购 ☐书市
☐销售图书的网站 ☐儿女赠送
☐其他_____

影响您购买本书的原因（可多选）：

- ☐封面封底 ☐装帧设计 ☐书评广告
☐书的内容 ☐内容提要、前言或目录
☐价格 ☐出版社的名气 ☐作者的名气
☐责任编辑 ☐其他_____

您在购买本书前是否买过其他学习电脑的图书：

☐是 ☐否

如果选择“是”，书名：_____

您退休前从事哪种工作：

- ☐教师（小学☐ 中学☐ 大学☐）
☐科技工作 ☐文艺工作 ☐干部
☐工人 ☐其他_____

您希望通过何种方式学习电脑：

- ☐自己学习 ☐参加培训班（针对老年人）
☐向儿女请教 ☐老年朋友互助学习
☐其他_____

您所在的社区或其他组织机构是否开设针对老年人的电脑培训班：

☐是 ☐否

您喜欢什么样的计算机图书？请您将下面几项按您感兴趣的程度排序。

- ①编排得好 ②封面好看 ③内容新颖
 ④有趣味 ⑤价格合适 ⑥容易看懂

您对本书的满意程度：

- ☐很满意 ☐比较满意 ☐一般
☐较不满意 ☐不满意

您喜欢本书的哪些栏目（可多选）：

- ☐边学边练 ☐辅导员提示 ☐多学一点
☐指点迷津 ☐本讲小结 ☐上机练习

您对本书操作步骤讲解的部分：

- ☐很满意 ☐比较满意 ☐一般
☐较不满意 ☐不满意
☐改进建议_____

您学习电脑有什么困难？（可多选）

- ☐怕把机器弄坏了 ☐鼠标掌握不好
☐不会输入文字 ☐记忆力不好
☐英文提示看不懂 ☐不会安装软件
☐出了故障不会解决 ☐没有什么困难
☐其他_____

您想使用电脑做什么？

- ☐文字输入 ☐记日记 ☐写文章 ☐翻译
☐做贺卡 ☐学绘画 ☐看电影 ☐听音乐
☐玩游戏 ☐上网浏览 ☐收集资料
☐收发邮件 ☐与朋友、儿女聊天 ☐修饰照片
☐制作相册 ☐学做网页 ☐做个小动画
☐抄写歌谱 ☐制作VCD ☐购物 ☐看病
☐订旅游机票 ☐理财 ☐炒股
☐其他_____

您希望的图书定价是多少（以本书为例）：

请您指出本书令人满意之处和需要改进之处：

您的其他要求：

老年电脑图书书目

老年电脑课堂系列丛书：

图书名称	标准书号	定价
老年电脑课堂——电脑入门	ISBN 7-115-15350	15 元
老年电脑课堂——汉字输入方法	ISBN 7-115-15349	15 元
老年电脑课堂——收发电子邮件	ISBN 7-115-15352	15 元
老年电脑课堂——网上新生活	ISBN 7-115-15351	15 元
老年电脑课堂——网上聊天交朋友	ISBN 7-115-15353	15 元
老年电脑课堂——网上交流与聚会	ISBN 7-115-15347	15 元
老年电脑课堂——数码照片的处理方法	ISBN 7-115-15348	15 元
老年电脑课堂——电子相册制作入门	ISBN 7-115-15346	15 元

其他老年电脑图书：

图书名称	标准书号	定价
老年课堂——跟我学电脑（修订版）	ISBN 7-115-13671	29 元
老年朋友的网上生活	ISBN 7-115-12283	24 元
老年朋友学电脑	ISBN 7-115-10573	19.8 元
教您老学上网	ISBN 7-115-12694	17 元
教您老学 Flash 动画	ISBN 7-115-12216	21 元
教您老学图像处理	ISBN 7-115-11751	18.8 元
教您老学电脑	ISBN 7-115-10583	20 元
轻松数码相片制作——夕阳无限篇	ISBN 7-115-12036	28 元

目 录



第 1 讲	认识电脑	1
1.1	电脑的组成	1
1.2	认识电脑硬件	2
1.3	认识电脑的软件	7
◇	本讲小结	8
第 2 讲	开机——启动电脑	9
2.1	认识电源开关	9
2.2	开机操作	10
2.3	开机过程	11
2.4	启动成功	11
2.5	启动失败原因及对策	12
◇	本讲小结	14
第 3 讲	认识桌面	15
3.1	桌面作用	15
3.2	桌面组成	16
3.3	几个重要的图标	19
◇	本讲小结	20
第 4 讲	认识鼠标	21
4.1	鼠标的作用	21
4.2	鼠标与鼠标指针	21
4.3	鼠标抓握和移动	23
4.4	鼠标的基本操作	23
◇	本讲小结	28
第 5 讲	认识键盘	29
5.1	键盘的作用	29
5.2	键盘的分区	29
5.3	几个重要的键	34
◇	本讲小结	36
第 6 讲	启动应用程序	37
6.1	认识图标	37
6.2	双击图标启动应用程序	38

6.3	单击快速启动栏图标启动应用程序	39
6.4	利用开始菜单启动应用程序	40
◇	本讲小结	45

第 7 讲 认识窗口 47

7.1	窗口的基本构成	47
7.2	窗口控制	49
7.3	关闭程序窗口	52
◇	本讲小结	52

第 8 讲 多窗口操作 53

8.1	打开多个窗口	53
8.2	切换当前窗口	54
8.3	排列窗口	55
8.4	显示桌面	57
◇	本讲小结	57

第 9 讲 认识文件和文件夹 59

9.1	文件管理结构	59
9.2	文件图标	61
9.3	文件的显示方式	62
9.4	查找文件或文件夹	65
◇	本讲小结	68

第 10 讲 管理文件和文件夹 69

10.1	“我的电脑”	69
10.2	新建文件夹	72
10.3	删除文件或文件夹	74
10.4	还原或彻底删除文件或文件夹	74
10.5	复制和移动文件或文件夹	76
10.6	重命名文件或文件夹	76
10.7	资源管理器	76
◇	本讲小结	79

第 11 讲 安全关机 80

11.1	正常关机	80
11.2	重新启动	81
11.3	待机处理	81
11.4	死机处理	82
◇	本讲小结	85

第1讲 认识电脑

第1讲

认识电脑



本讲要点

- 电脑的组成
- 常见的电脑硬件
- 常见的电脑软件

我们现在常说的“电脑”是可以放置在桌面上、供个人操作使用的计算机，叫做微型计算机。电脑具有体积小、价格低、耗电少、使用方便、用途广泛等优点。电脑具有存储大量信息的功能，就像人的大脑可以记忆由各种感觉器官得到的信息一样，电脑也可以记忆各种信息，包括数据、图像和声音等。

电脑具有判断功能，可以对当前发生的情况进行判断，并做出相应的反应，完成不同的任务。这就像人脑可以思考、判断和做出不同反应一样。可以说电脑具有很高的“智能”，所以人们才把计算机叫做电脑。

1.1 电脑的组成

简单地讲，电脑由两部分组成：硬件和软件。

1.1.1 硬件

硬件就是组成一台电脑系统的各种物理部件的总称，即组成电脑系统的电子和机械装置，它们是计算机系统的物质基础。

从外观上看，电脑的硬件主要包括主机、显示器、键盘、鼠标等，如图1.1所示。

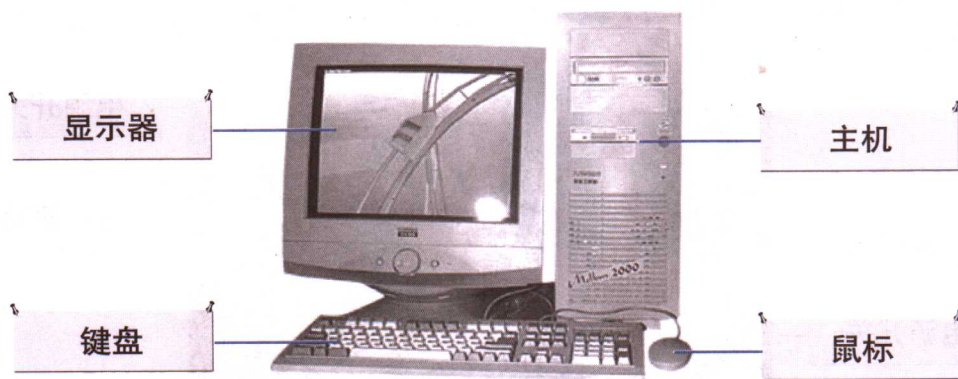


图 1.1 电脑的硬件

1.1.2 软件

软件，是人们为了告诉电脑要做什么事情而编写的，电脑能够理解和执行

的指令集合，就是常说的“程序”。使用电脑接触最多的软件有 Windows、Office、Word、Photoshop、会声会影等。

1.1.3 软件和硬件的关系

硬件是基础，没有硬件就无言电脑；而软件是指挥和控制硬件来完成特定任务的，没有软件硬件也无法发挥作用。这就好像是一场音乐会，只有音乐厅、乐器和演奏家，是听不到优美的音乐的，一定要有音乐家事先编制好的乐谱。这就是音乐演奏中的“硬件”和“软件”关系，硬件就是前者，软件就是乐谱，没有乐谱无法演奏出美妙动听的音乐；反之，只有乐谱也无法将乐谱所描绘的音乐意境表现出来。

电脑软件又分为系统软件和应用软件，系统软件是用于帮助人们对计算机的资源进行管理、维护的软件，其中典型的系统软件就是操作系统，例如 Windows XP、Windows 2000、Linux、UNIX 等，没有操作系统的计算机被人们称为“裸机”。应用软件是指为某一类应用需求而开发的软件，通常我们使用的 Word、Photoshop、会声会影和各种游戏等软件都是应用软件。

1.2 认识电脑硬件

一台电脑至少要有主机、显示器、键盘、鼠标等几种部件（见图 1.1）。此外，最好还要配备一台打印机，以便将文档或图片打印到纸上。如果要发挥电脑的多媒体功能，还应配置音箱、话筒等部件。

1.2.1 主机

主机是电脑的主体部分，其外部的机箱有卧式和立式两种，如图 1.2 所示。



图 1.2 机箱

主机的内部结构如下。

1. 主板

主板是电脑的核心部分，包含了重要的电子器件及接口，电脑的各种设备

都要连接到主板上才能工作，如图 1.3 所示。

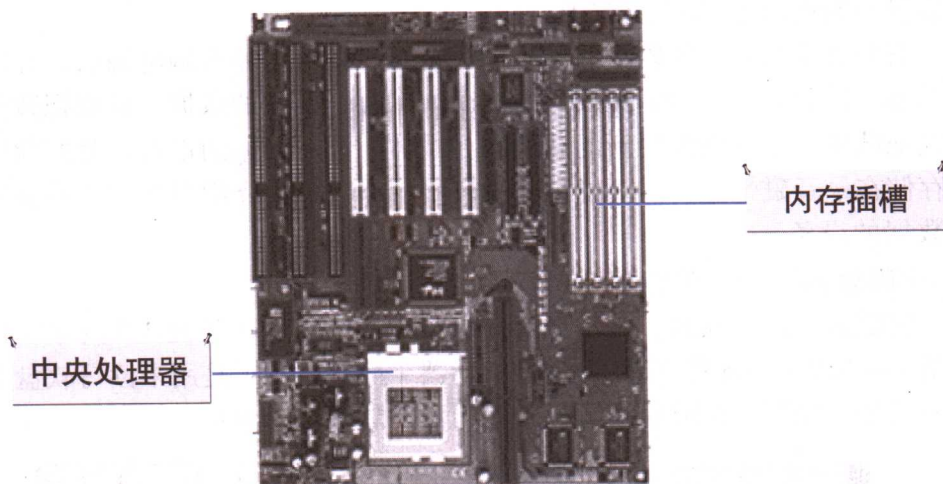


图 1.3 主板

2. 中央处理器 (Central Processing Unit, 简称CPU)

CPU 是电脑的心脏，用来进行数据处理。CPU 的性能直接决定了电脑的性能。

国内的电脑大多数是采用美国 Intel 公司生产的 CPU，现在主流型号是奔腾 4 (Pentium 4)。图 1.4 所示为奔腾 4 型 CPU 的外观。

3. 内存储器

内存储器简称内存。它的主要作用是存储正在执行中的程序和数据。微型计算机内存被制作成条状，称作内存条，如图 1.5 所示。

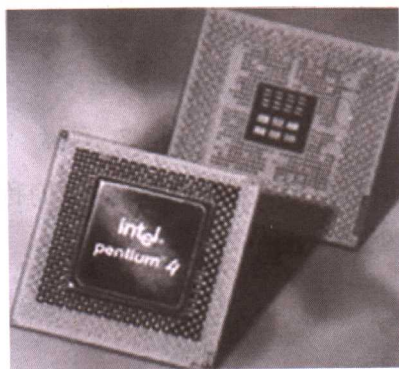


图 1.4 Pentium 4型CPU

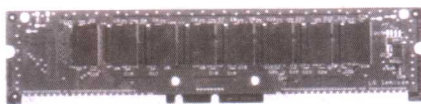


图 1.5 内存条

内存储器 (简称内存) 的结构就像是一个有千万间房屋的旅馆，每个房间都有自己的编号，以便系统准确、迅速地存取数据。内存存储器的每个“房间”都可以存放一些数码。

衡量内存容量大小的基本单元，叫做字节 (英文名称叫 Byte)，常用大写字母 B 表示。1024 个字节叫做 1KB (读作千字节)，1024KB 叫做 1MB (读作兆