

操作系统

快易通



康丞信息 编著

Step by
Step



● 学习地图索引

● 电脑起点测验

● 重点目标回顾

● 日常范例实训

● 帮手即时指引

● 随书光盘伴读

● 超值软件附赠

● 实时线上服务



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

操作系统

快易通



康丞信息 编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

内 容 简 介

本书由浅入深地介绍了 Windows XP 基础知识和实用技术, 共分为热身、应用、维护三个篇章, 分别讲述了 Windows XP 的文件管理、系统设置、电脑娱乐、网上冲浪、网上聊天、电脑优化、局域网基础应用、电脑安全和故障处理等内容, 每一章都配以重点回顾和练习来加深读者的印象, 非常适合于初学者学习。

本书内容由浅入深, 循序渐进, 起点低, 内容广。同时配备有交互式多媒体光盘, 方便读者的学习。

图书在版编目 (CIP) 数据

操作系统快易通 / 康丞信息编著. —北京: 中国铁道出版社, 2005. 1
(快易通)

ISBN 7-113-06373-X

I. 操... II. 康... III. 操作系统 (软件) IV. TP316

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 009398 号

书 名: 操作系统快易通

作 者: 康丞信息

出版发行: 中国铁道出版社 (100054, 北京市宣武区右安门西街 8 号)

策划编辑: 严晓舟 郭毅鹏

责任编辑: 苏 茜 翟玉峰

特邀编辑: 汪曙华

封面设计: Bright Design

印 刷: 北京精彩雅恒印刷有限公司

开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 16.25 字数: 356 千

版 本: 2005 年 5 月第 1 版 2005 年 5 月第 1 次印刷

印 数: 1~10000 册

书 号: ISBN 7-113-06373-X/TP·1423

定 价: 38.00 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社计算机图书批销部调换。

丛书序

在瞬息万变的信息时代,电脑这个引领时代潮流的骄子,真是无孔不入,遍及于日常生活的各个角落,不懂电脑或懂之甚少常常都会使人陷入进退维谷的尴尬境地,现在不用再担心,有**快易通系列**来帮您摆脱困境。

丛书的内容

快易通系列图书从**电脑入门和操作系统**起步,延伸至**输入法、办公软件、网上冲浪**等基础应用,进而深入到其他诸如**电脑应用、电脑技巧、组装维护、网页设计**和**家庭数码**等专业应用领域。

快易通系列图书提供了完备的学习地图,其中介绍了本系列各书之间的关联。您可以通过学习地图,来选择自己学习目标书籍的前导书与后学书,这样您就可以更加明确自己的定位,对概念之间的关联也会更加清晰。例如:您在阅读办公软件时,至少要懂得Windows的基本操作,这样才能更加得心应手地操作软件,其后,以办公软件为基础,学习电脑应用,学到更多实用的方法。

如果您已经具备了本系列中某些部分的专业知识,现在您完全可以随自己的学习能力及兴趣在本系列中挑选相关的书籍进行研读,并且可以将它作为坚实基础与继续深造的据点。

丛书的特点

1. 学习地图索引: 针对书本内容与程度的各异,区分出不同的阶段及使用对象,使得众口不再难调,让不同的需求都能得以满足。只要通过不同的学习地图索引方式,就能让您清楚地知道自己的学习程度及需求,并能快捷地选择出您所需要的书本。
2. 电脑起点测验: 本系列书针对不同的书籍,设计了简单的学习能力测量表,您可以在选购书本之前,通过对学习测量表正确判断出自己的学习基础及水平,避免买错书籍,与此一并提供的还有一份贴心的建议,据此,让您更加充分地了解自己的实力,从而达到循序渐进学习的最终成效。
3. 重点目标回顾: 本系列书的每一章都清楚地标示出了该章的学习目标,以及能让您获得何种能力,以作为下一章学习的基础。目标明确,让您从一开始便能领会本章要旨,

操作系统快易通

从而快速且准确地进行学习。在每章结尾都设计了本章重点回顾，希望您能据此对本章相关的重点内容加以复习，也使您对整章重点有更深刻的印象，并列出一重点在书中的出处，让您更快捷有效地复习遗漏的知识点，从而全面掌握学习内容。最后还通过精心设计的习题，让您测评出学习成效。通过答题错误所提供的正确提示，使您迅速从错误的迷雾中解脱出来。

4. 日常范例实训：本系列书精心设计了以日常生活和工作为主的范例，搭配时下流行的话语，让您轻松愉快地学习，充分掌握书中的精髓，并能根据实际情况来应用。
5. 帮手实时指引：一些简单的技巧，或是容易出错的地方，本系列书均会在适当的内容中加以提示并辅助说明，在提醒您此处需加注意的同时，也希望借此方式，让您避免一些错误，并从中学到更多更完善的技巧。
6. 随书光盘伴读：本系列书均附加了多媒体光盘及练习范例。多媒体光盘的设计将许多繁琐的功能简化，其简洁而富有亲和力设计让您既使在没有安装相关软件的情况下，也能轻松完成学习、上机练习和自我测验的过程。其中精美的生活化范例，让您从多媒体光盘的互动教学中轻松学习操作，而且还可以达到在家上机，无师自通的境界。
7. 超值软件附赠：本系列书的光盘中，有的还附赠了跟图书内容相关的超值练习软件的试用版，让您通过软件的试用，巩固图书中的知识和技能，真正地将理论和实践完美结合。
8. 实时线上服务：本系列书有专门的配套网站，除了随时发布新书出版信息以外，还有由专人解答图书相关问题的讨论区。此外，您也可以通过光盘上的“在线服务”，将您所遇到的问题马上发给我们。

您将学会

1. 借助书本与多媒体光盘和范例等资料的搭配使用，可以让您理论联系实际，从而更好地掌握所学知识并将其付诸实践，解决您学业、工作与生活中的电脑难题。
2. 能够如愿进发至您在学习地图中的定点，达到预期的学习目标，并为接下来将要学习的进阶书籍打好基础。
3. 凭着范例实作的引导学习，您可以轻松快捷地学习电脑的各种知识与应用，从而有目的、有计划地向电脑玩家或专业人士的高度迈进。

快易通，顾名思义，它会为您快捷方便地打开电脑殿堂的大门，并引领您畅游丰富多彩的电脑世界，如此神通，怎能错过？快快加入快易通的队伍吧！

广州康丞信息技术服务有限公司 谨制

序 言

您，想由浅到深的来一趟操作系统应用学习之旅？

您，想体验最新版的 Windows XP sp2 版操作系统？

您，想在稳定、安全的操作系统里工作吗？

作为“快易通”系列丛书之一，本书由浅入深地介绍了 Windows XP 基础知识和实用技术，共分成热身、应用、维护三个篇章，分别讲述了 Windows XP 的文件管理、系统设置、电脑娱乐、网上冲浪、网上聊天、电脑优化、局域网基础应用、电脑安全和故障处理等内容，每一章都配以重点回顾和练习来加深读者的印象，非常适合于初学者学习。

实用性是本书的最大特色，即便没有用过电脑的读者，也可以在本书的指引下立即上手，书中每一个知识点，都用一个真实案例呈现，再加上详尽的描述，让读者在会用的基础之上进一步融会贯通 Windows XP 的精髓。

本书内容由浅入深，循序渐进，起点低，内容广。同时配备有交互式多媒体光盘，方便了读者的自学。

本书特色

- 零起点，让读者轻松学习 Windows XP。
- 每一章都是以实践为主，理论为辅，保证读者可以边学边用。
- 以真实环境为实例，让读者更容易理解 Windows XP 的功能。
- 本书知识紧跟当今热门技术，保证读者的学成价值。
- 每章配备重点回顾，提高学习效果。
- 每章都有习题，进一步加深读者对知识的理解程度。

内容重点

- Windows XP 的基本操作
- Windows XP 中的文件管理
- 个性化的 Windows XP 环境设置

操作系统快易通

- 安装与卸载软件
- 播放音乐、电影、制作小电影
- 浏览 Internet，下载软件
- 收发电子邮件、网络聊天、打电话不用钱
- Windows XP 用户管理，多人共用电脑不用愁
- 优化 Windows XP，让电脑更快速的运作
- 修改注册表，获得 Windows 的额外功能
- 查杀病毒，预防黑客，让电脑安安全全
- 家庭网络组建
- 常见电脑故障排除

操作系统的应用既深且广，且决定了电脑稳定性、安全性与效能，本书虽然无法涵盖全部，但对于初学电脑的您来说，深度与广度你都能马上体验到，不仅学会了基础与进阶的操作系统使用方法，更能扎下稳定的基础，向更高级的应用领域迈进。

广州康丞信息技术服务有限公司

快易通 多媒体教学光盘使用说明

本书附赠精心制作的多媒体教学光盘,这是目前唯一真正具备互动学习性并完整包含实际演示、上机练习以及自我测验3种学习方式的多功能教学光盘。

使用时,光盘会自动记录您的学习情况,并在学习成果中提供用户学习建议;完成学习后可通过学习评估检测学习效果。如果在使用中遇到诸如技术等方面的问题,您可通过在线服务与我们联系,我们将热情为您解答。

如果您想了解更多、更完整的关于该教学光盘的使用方法的话,请参考教学光盘中的“帮助文件”。以下,仅就基本功能的使用作一说明。

一、运行环境要求

- 操作系统: Windows 98/Me/2000/XP (任一种语言版本)
- 屏幕分辨率: 不低于 800*600 (建议 1024*768)
- CPU: Pentium II 以上
- 屏幕色深: 不低于 16 位色
- 内存: 64 MB 以上
- 声音设备: 兼容 Sound Blaster 16 的 16 位以上声卡

二、安装和运行

本系统无需安装,只要将**快易通**光盘放入光驱,系统便会自动运行程序,继而进入主界面。

第一次运行时,程序会在系统中创建学习情况记录文档。

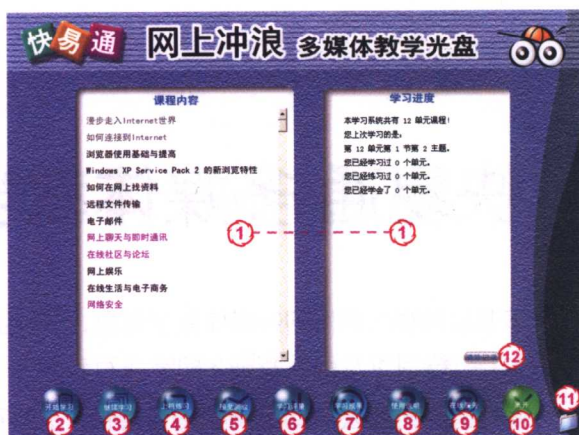
三、使用说明

■ 主界面功能介绍

1. 课程内容/学习进度: 选择想要学习的课程,在右边窗口会出现所选课程的学习进度。
2. 开始学习: 进入课程第一个单元的操作演示画面。

操作系统快易通

3. 继续学习: 从上一次学习结束处继续学习, 进入操作演示画面。
4. 上机练习: 从上一次练习结束处继续练习, 进入上机练习画面。
5. 接受测验: 从上一次测验结束处继续测验, 进入我要测验画面。
6. 学习评量: 评测各课程的学习成果。
7. 学习成果: 学过、练过、测过哪些课程, 并建议需要多练习的课程。
8. 使用说明: 使用图片引导式或网页形式的帮助文件。
9. 在线服务: 有事想请教? 请与我们联系。
10. 离开: 今天就学到这里, 休息一下。
11. 范例文件: 进入本书范例文件、习题解答及相关软件的文件夹。
12. 清除记录: 将学习进度归零, 重新开始学习。



■ 学习画面功能介绍

1. 学习状态: 有操作演示、上机练习及自我测验 3 种状态。
2. 学习地点: 查看主题、观看演示和自行操作练习与测验的区域。
3. 操作方法: 演示与练习时的细微操作提示, 练习与测验时必须自己操作。
4. 课程菜单: 打开菜单选取课程中的其他子课程。
5. 控制学习: 控制学习影片的播放、音效及旁白音量与开关。
6. 字幕提示: 旁白字幕以及上机练习时的详细提示。
7. 回主界面: 返回程序主界面。



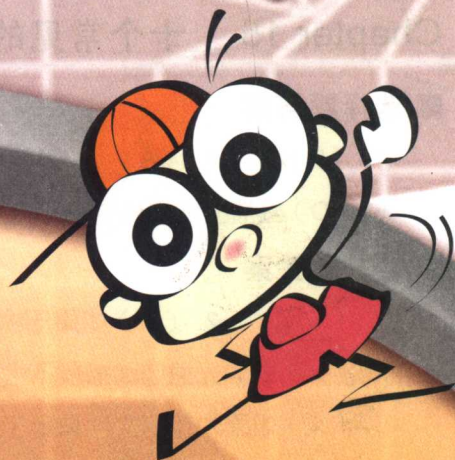
[操作系统]测量表

下面是一张简单的量表,请你如实填写,以确认你是否适合阅读本书,或应阅读其他相关建议书籍:

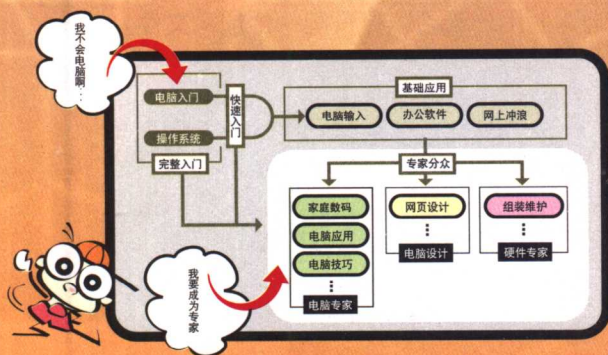
1. 想学习开启和关闭电脑的方法	☐ 是 ☐ 否
2. 想熟练地使用鼠标和键盘	☐ 是 ☐ 否
3. 想了解 Windows 各种窗口的概念和使用方法	☐ 是 ☐ 否
4. 想学习 Windows 中文件的概念和基础操作方法	☐ 是 ☐ 否
5. 想学习如何对文件进行压缩、加密和还原	☐ 是 ☐ 否
6. 想学习备份和还原操作系统的方法	☐ 是 ☐ 否
7. 想更好地安装和删除软件	☐ 是 ☐ 否
8. 想在 Windows 下将 CD 录制成 MP3、查看数码相机中的图片	☐ 是 ☐ 否
9. 想学习浏览、设置网页的技巧	☐ 是 ☐ 否
10. 想学习电子邮件的收发方法	☐ 是 ☐ 否
11. 想在网上聊天、打电话、玩游戏	☐ 是 ☐ 否
12. 想学习如何管理好 Windows 中的各个用户	☐ 是 ☐ 否
13. 想学习各种优化 Windows 的方法	☐ 是 ☐ 否
14. 想学习 Windows 下注册表的概念和设置方法	☐ 是 ☐ 否
15. 想学习如何抵御病毒和木马	☐ 是 ☐ 否
16. 想学习局域网的基本概念、网上打印、网上开会	☐ 是 ☐ 否
17. 想对操作系统的知识进行广泛的学习,打好电脑的基础	☐ 是 ☐ 否

- 如果你在上述的问题中有六题(含六题)以上填答”是”的选项,恭喜你,本书非常适合您阅读。
- 如果您想更全面地了解电脑的硬件组成、连接方法和数码图像、影像的基本处理技巧请阅读”电脑入门”。

全真图解·步骤教学



学习地图



丛书特色

- 学习地图索引
- 帮手实时指引
- 电脑起点测验
- 随书光盘伴读
- 重点目标回顾
- 超值软件附赠
- 日常范例实训
- 实时线上服务

多媒体特色

- 互动课程：采用生动活泼的图形界面，从逼真的效果中，将知识尽收眼底。
- 书中范例：完整呈现范例制作过程，对关键步骤，更是绝不错过。
- 继续学习：帮助记忆学习进度，不必重新开始。
- 上机体验：模拟真实环境供实际上机，读者将在知识的战场过关斩将。
- 接受测验：是否记住了操作要点？这里让你测验自己有无遗漏之处。
- 线上帮助：遇到了问题？随时帮助你将问题发送到服务中心。



“快易通”系列丛书网站：www.tqbooks.net/genius.asp

“快易通”系列丛书读者邮箱：susyq@vip.sina.com

目 录

第 1 篇 电脑操作热身篇	1
第 1 章 电脑的基本操作	2
1-1 启动电脑	2
1-2 认识 Windows 操作环境	3
1-3 控制电脑的鼠标与键盘	5
1-3-1 鼠标的使用方法	5
1-3-2 键盘的使用方法	6
1-4 从开始菜单开始用电脑	7
1-5 窗口组成说明	8
1-6 窗口基本操作	9
1-7 操作界面风格设置	10
1-8 校正电脑时间	11
1-9 退出 Windows XP 并正确关闭电脑	12
1-10 重点回顾	13
1-11 本章习题	14
第 2 章 管理电脑之中的文件资源	16
2-1 初识文件	16
2-1-1 什么是文件? 什么是文件夹?	16
2-1-2 建立私人文件夹	20
2-1-3 查看与文件相关的三个时间	21
2-1-4 查看文件或文件夹的大小	21
2-2 文件的基本操作	22
2-2-1 如何同时选中多个文件	23
2-2-2 如何移动、复制文件	24

操作系统快易通

2-2-3 如何删除不想要的文件	26
2-2-4 如何回收被删除的文件	27
2-2-5 如何改变文件或文件夹的名字	27
2-3 文件的高级操作	28
2-3-1 如何快速找到我的文件	28
2-3-2 把大文件压缩成小文件	29
2-3-3 加密文件, 禁止偷看	31
2-3-4 怎么备份文件或文件夹	32
2-3-5 怎么还原损坏的文件	34
2-4 重点回顾	35
2-5 本章习题	35
第3章 电脑基础管理	38
3-1 工作环境管理	38
3-1-1 把常用的软件放到桌面上——快速运行	38
3-1-2 调整屏幕显示内容	39
3-1-3 保护屏幕, 顺便保护隐私	40
3-1-4 自定义更好用的“开始”菜单	41
3-1-5 个性化任务栏设置	42
3-1-6 自动更新 Windows, 永远都是最新版	42
3-1-7 微软最新补丁 Services Pack 2	43
3-1-8 将损毁的 Windows 恢复到良好状态	44
3-2 怎样安装与删除软件	47
3-2-1 如何安装软件	47
3-2-2 补足安装遗漏的程序, 增加软件功能	49
3-2-3 安装更多的 Windows 组件, 增强 Windows 功能	51
3-2-4 删除安装了的软件或 Windows 组件	52
3-3 添加/删除电脑中的字体	53
3-4 添加与删除输入法	55
3-5 让输入法用起来更顺手	56
3-6 重点回顾	57
3-7 本章习题	58

目 录

第2篇 热门知识应用篇	59
第4章 多媒体应用	60
4-1 播放多媒体	60
4-1-1 用电脑看 VCD 和 DVD	60
4-1-2 CD 音乐如何放	61
4-1-3 播放 MP3 音乐	61
4-1-4 播放 AVI 格式的电影	62
4-2 录制多媒体	63
4-2-1 用 Windows Media Player 抓取 CD 音乐	63
4-2-2 用“录音机”录音	64
4-2-3 如何安装摄像头	65
4-2-4 用 Windows Movie Maker 录像	67
4-2-5 DIY 影片剪辑	69
4-3 速学 CD 刻录术	71
4-3-1 为什么要刻录	71
4-3-2 制作自己的音乐光盘	71
4-4 从数码相机中提取照片	72
4-4-1 安装数码相机	73
4-4-2 如何从数码相机中提取照片	74
4-4-3 如何看靓照	76
4-4-4 如何安全移除数码相机与相关 USB 设备	77
4-5 如何截取屏幕图像	78
4-6 重点回顾	78
4-7 本章习题	79
第5章 网上冲浪去	80
5-1 认识 Internet	80
5-1-1 什么是 Internet	80
5-1-2 什么是网址	81
5-2 走进 Internet 网站	81
5-2-1 用 IE 浏览网站的网页	81
5-2-2 如何从 Internet 搜索想要的东西	83

操作系统快易通

5-2-3 如何下载需要的图片和软件	85
5-2-4 我最爱的网站如何收藏	86
5-2-5 设置 IE 的主页, 自动打开好网站	87
5-2-6 让电脑限制小孩上网范围	88
5-2-7 网页显示乱码怎么办	88
5-2-8 将网页存储到电脑中	89
5-3 网络上的多媒体	90
5-3-1 网上听音乐	90
5-3-2 网上看电影	90
5-3-3 网上看电视	91
5-4 重点回顾	92
5-5 本章习题	92
第6章 电子邮件	94
6-1 初识电子邮件	94
6-1-1 什么是电子邮件	94
6-1-2 快快拥有自己的电子信箱	95
6-2 如何用 Web 方式收发电子邮件	96
6-2-1 以 Web 方式发送电子邮件	96
6-2-2 以 Web 方式接收电子邮件	97
6-2-3 怎样删除邮箱中的邮件	98
6-2-4 让垃圾邮件远点	99
6-3 初识 Outlook Express	100
6-3-1 让收发、管理邮件更方便	100
6-3-2 认识 Outlook Express 操作界面	100
6-4 使用 Outlook Express 收发电子邮件	101
6-4-1 新建 Outlook Express 帐号	101
6-4-2 新建 / 撰写电子邮件	105
6-4-3 发送与接收电子邮件	107
6-4-4 阅读邮件以及另存附件	108
6-4-5 回复、转发电子邮件	111
6-4-6 管理本地电子邮件	112
6-4-7 防黑忠言——取消自动预览功能	114

目 录

6-4-8 清空删除的邮件	114
6-4-9 自动管理邮件	115
6-4-10 用 Outlook Express 收取 MSN 或 Hotmail 邮件	116
6-5 重点回顾	117
6-6 本章习题	118
第 7 章 网上聊天	120
7-1 进入聊天室	120
7-1-1 什么是聊天室	120
7-1-2 如何进入聊天室畅谈	120
7-2 微软的免费聊天工具——MSN Messenger	122
7-2-1 安装最新版的 MSN Messenger	122
7-2-2 如何使用 MSN Messenger 聊天	123
7-2-3 朋友太多了，把他们分个组	126
7-2-4 用 MSN Messenger 进行视频聊天	127
7-2-5 用 MSN Messenger 传送文件	127
7-2-6 随意改变头像	128
7-3 国际电话不用钱——Skype	128
7-4 重点回顾	130
7-5 本章习题	130
第 8 章 利用压缩软件压缩文件	132
8-1 Windows XP 的压缩与 WinRAR 压缩有什么不同	132
8-2 用 WinRAR 压缩文件或文件夹	133
8-3 如何解开压缩包	134
8-4 如何提高压缩率	135
8-5 如何将一个压缩文件分成多个小文件	136
8-6 如何给压缩文件加密码	137
8-7 如何将文件加入现有的压缩包	138
8-8 如何让压缩包可自解压	139
8-9 重点回顾	141
8-10 本章习题	141

操作系统快易通

第3篇 实用系统维护篇	143
第9章 一台电脑多人使用	144
9-1 Windows XP中的用户怎么管	144
9-1-1 什么是用户	144
9-1-2 为什么用组来管理用户	145
9-2 开始管理用户吧	145
9-2-1 如何建立新用户	146
9-2-2 如何切换用户	147
9-2-3 让用户有个性的登录图片	148
9-2-4 满足不同用户的鼠标使用习惯	149
9-2-5 忘了密码怎么办	150
9-2-6 如何改变用户登录方式	151
9-2-7 如何给用户超级权力	152
9-2-8 如何删除用户	152
9-3 重点回顾	153
9-4 本章习题	154
第10章 Windows XP 跑得快	156
10-1 优化一下 Windows XP	156
10-1-1 如何优化视觉效果	156
10-1-2 如何使应用程序跑得快	157
10-1-3 如何更新与卸载驱动程序	158
10-1-4 如何优化内存	160
10-1-5 如何监视 Windows 运行状态	161
10-2 硬盘大扫除	162
10-2-1 为什么会有垃圾文件	162
10-2-2 哪些地方垃圾多	162
10-2-3 利用“磁盘清理”扫硬盘	163
10-3 整理硬盘	164
10-3-1 为什么要整理硬盘	164
10-3-2 如何整理硬盘	164
10-3-3 如何定时自动整理硬盘	165