

懂与不懂的距离，只有24小时……

对应24小时课程
立体化视频教学
多媒体光盘巨献

▲ 导向工作室 编著

24小时

学会

系统安装与重装

全彩印刷

- **科学设计,自主安排**
24小时课程规划,全面覆盖系统安装与重装知识技能。
- **实例精讲,极速上手**
密切结合日常办公、学习、生活需要,讲练结合,学完就用。
- **视频讲解,名师相伴**
多媒体立体化教学,系统安装、驱动程序、数据恢复,得心应手。
- **独家技巧,精妙总结**
十大系统安装常见问题、十大系统重装常见问题、系统安装后必做的十件事,迅速成长、事半功倍。



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



24小时

▲ 导向工作室 编著

学会

系统安装与重装

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

24小时学会系统安装与重装 / 导向工作室编著. --
北京: 人民邮电出版社, 2012. 4
ISBN 978-7-115-27380-2

I. ①2… II. ①导… III. ①操作系统(软件)—基
本知识 IV. ①TP316

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第016702号

内 容 提 要

本书以操作系统的安装流程为主线, 详细而又全面地介绍了系统安装与重装的相关知识, 主要内容包括: 安装系统前的准备、各种常用操作系统的安装、多操作系统的安装、安装驱动程序与常用软件、操作系统的优化与备份、操作系统的重装以及拯救系统与数据等。本书的最后一篇还总结了系统安装与重装过程中的常见问题及解决方法, 供读者参考。

本书附带的多媒体光盘中, 赠送了与24小时学习计划相对应的视频教学软件, 帮助读者在立体化的学习环境中, 取得事半功倍的学习效果。

本书适合希望尽快掌握系统安装与重装知识的电脑初、中级用户阅读, 也可作为各种电脑培训班的教材或辅导用书。

24 小时学会系统安装与重装

◆ 编 著 导向工作室

责任编辑 张 翼

◆ 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 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京画中画印刷有限公司印刷

◆ 开本: 880×1230 1/32

印张: 7.5

字数: 315千字

2012年4月第1版

印数: 1-8000册

2012年4月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-27380-2

定价: 29.80元(附光盘)

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

反盗版热线: (010) 67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号

📖 本书能让你学会什么？

- 🔊 硬盘的分区与格式化操作
- 🔊 单系统、双系统的安装与重装
- 🔊 无光驱安装系统
- 🔊 硬件驱动和软件的安装与设置
- 🔊 系统优化设置
- 🔊 系统和重要资料的备份与还原

操作系统是电脑的核心组成部分之一，作为电脑软件的工作平台，在用户与电脑进行交流的过程中扮演着重要的角色。然而，操作系统并不是一成不变的。为了感受不断涌现的新版本操作系统带来的全新体验，就需要进行操作系统的安装。而由于各种原因，操作系统不能够正常工作，就必须重新安装操作系统。可见，掌握必要的系统安装与重装知识，不但可以确保电脑正常运行，而且能够使我们充分享受科技发展带来的便利。

本书从实用的角度出发，全面、详细地讲解了系统安装与重装的相关内容。通过对本书的学习，广大电脑用户能够在短时间内轻松掌握操作系统安装与重装的方法和技巧。

📖 内容导读

全书分为7篇，共计24小时的学习计划，各篇主要内容介绍如下。

第1篇 安装系统前的准备：介绍了操作系统安装前的准备知识，包括BIOS设置、硬盘分区与格式化以及虚拟机的安装与使用等。

第2篇 安装操作系统：介绍了各种常用操作系统的具体安装方法，包括Windows XP、Windows Vista和Windows 7操作系统的安装，多系统的安装与管理以及无光驱安装操作系统等。

第3篇 安装驱动程序与常用软件：介绍了如何安装驱动程序与常用软件，包括各种硬件的驱动程序及常用软件的安装以及卸载方法等。

第4篇 优化与备份系统：介绍了系统优化和备份还原的相关知识，包括系统安全与病毒防治、Windows系统优化设置、使用软件优化系统以及备份与还原操作系统等。

第5篇 重装操作系统：介绍了重装操作流程和方法，包括备份与还原文件、备份与还原驱动程序和注册表、备份与还原用户数据、重装系统前的准备以及具体的重装方法等。

第6篇 拯救系统与数据：介绍了如何在不重装系统的情况下修复系统盘和挽救数据，包括系统盘常见故障的排除以及恢复数据的方法等。

第7篇 “十大”技巧精选：介绍了系统安装与重装过程中常见的问题及解决方法，包括安装系统常见的十大问题和解决方法、重装系统常见的十大问题和解决方法以及安装与重装系统后必做的十件事等。

本书特点

科学的学习计划：本书共计24小时学习内容，帮助读者建立科学的学习计划。读者既可以跟随本书按部就班地学习，也可以根据个人情况自主安排学习进度。

务实的案例设计：本书紧扣实际应用，通过案例进行讲解。同时提供了丰富的拓展练习，满足读者的实际需求。

全面的知识覆盖：本书除知识主线以外，还穿插了大量的“小提示”、“多学一招”等栏目，随时提供操作技巧及扩展知识，帮助读者巩固提高。

配套的视频讲解：本书配套的多媒体光盘中，赠送了与24小时学习计划对应的同步视频软件，立体化教学，全方位指导。

实用的技巧总结：本书最后一篇中，结合作者经验及广大用户的使用心得，精心总结了若干技巧和注意事项等，帮助读者事半功倍地掌握电脑技能。

精美的排版印刷：本书使用全彩印刷，双栏排版，图文对应，整齐美观，便于读者查看和学习。

读者对象

本书适合希望尽快掌握系统安装与重装知识的电脑初、中级用户阅读，也可作为各种电脑培训班的教材或辅导用书。

关于我们

本书由导向工作室组织编写，参与本书资料收集、整理、编写、校对及排版的人员有：黄晓宇、李秋菊、肖庆、蔡长兵、赵莉、李美月、牟春花、王维、张倩、郭峰、熊春、李凤、耿跃鹰、蔡颢、蒲乐、马鑫、高志清、严英全、付子德等。如果您有什么关于本书的疑问或改进建议，可通过E-mail（dxts@foxmail.com）与我们联系。

由于作者水平有限，书中疏漏和不足之处在所难免，欢迎广大读者朋友批评指正。

导向工作室

2012年1月



多媒体光盘使用说明

◎ 多媒体光盘内容

本书配套多媒体光盘中包含119个重点操作的视频教程以及9个“跟我上机”练习的参考操作动画演示，与书中“24小时”学习计划相对应。学习过程包括“演示”和“操作”两种模式。在“演示”模式中，读者可以观看具体的操作演示过程；在“操作”模式中，读者可以根据系统的提示，亲自动手进行演练。

◎ 光盘使用方法

将本书的配套多媒体光盘放入光驱后，光盘会自动运行并进入其主界面，如图1所示。如果光盘没有自动运行，只需在“我的电脑”窗口中双击光驱的盘符打开光盘，在光盘的根目录中双击“AutoRun.exe”文件即可。

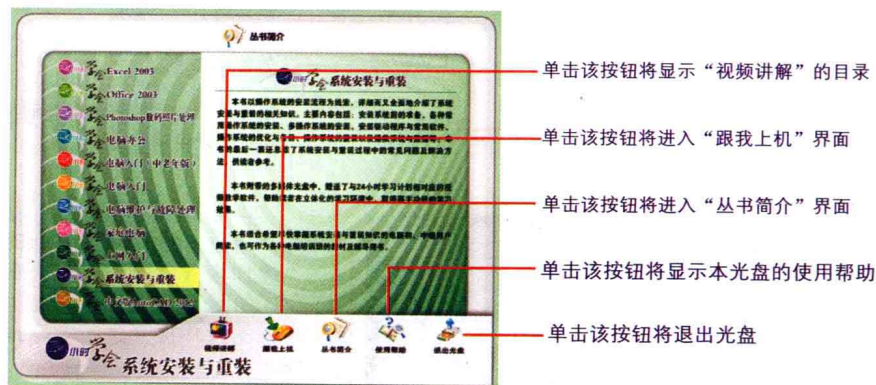


图 1

单击“视频讲解”按钮，将显示视频讲解的目录，如图2所示。用鼠标单击要观看的章节的标题即可进入视频播放界面，开始学习相应的内容。



图 2

视频播放界面如图3所示，系统在播放完一个视频文件后，会自动播放下一个视频文件。

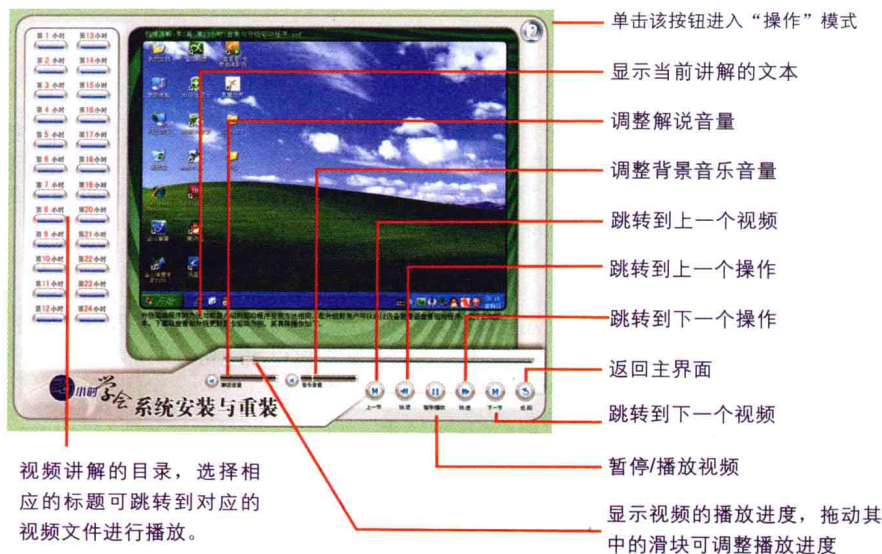


图 3



图 4

◎ 本光盘最佳运行环境

- ✎ CPU: Pentium 4 及以上。
- ✎ 内存: 512 MB 及以上。
- ✎ 硬盘剩余空间: 200 MB 及以上。
- ✎ 屏幕分辨率: 1024 像素 × 768 像素。
- ✎ 其他: 52 倍速以上光驱，或 4 倍速以上 DVD 光驱。

第1篇 安装系统前的准备

第1小时 安装与重装系统前须知 2

操作系统介绍.....	2
选择适合自己的操作系统.....	3
系统安装与重装的区别与必要性.....	4
系统安装与重装的一般流程.....	4
选择系统安装方式.....	5

第2小时 安装系统相关BIOS设置..... 5

什么是BIOS.....	6
进入BIOS的方法.....	7
BIOS中常见选项的含义与设置方法.....	7
设置系统启动顺序.....	9
设置系统日期和时间.....	10
设置硬盘IDE接口.....	10
设置硬盘SATA接口.....	11
防病毒设置.....	12
设置BIOS密码.....	12
恢复BIOS默认设置.....	13
保存和退出BIOS设置.....	13

第3小时 硬盘分区与格式化..... 14

硬盘分区与格式化基础知识.....	14
用fdisk命令进行硬盘分区.....	15
用format命令格式化硬盘分区.....	20

第4小时 搭建系统安装试验平台..... 21

认识虚拟机.....	21
安装Microsoft Virtual PC 2007.....	22
设置虚拟系统.....	24
新建虚拟机.....	26
配置新建的虚拟机.....	27
对虚拟机进行磁盘分区与格式化.....	28

跟我上机..... 30



第2篇 安装操作系统

	第5小时	安装Windows XP操作系统	32
		硬件要求	32
		全新安装Windows XP	32
		全自动安装Windows XP	38
	第6小时	安装Windows Vista操作系统	43
		硬件要求	44
		安装Windows Vista的注意事项	44
		用Windows Vista升级顾问检测系统	45
		全新安装Windows Vista	47
		升级安装Windows Vista	52
	第7小时	安装Windows 7操作系统	53
		Windows 7的新增功能	53
		Windows 7的版本	55
		硬件要求	55
		全新安装Windows 7	56
		升级安装Windows 7	60
	第8小时	安装多操作系统	64
		安装多操作系统的相关基础知识	64
		在Windows XP中安装Windows 7	66
		在Windows 7中安装Windows XP	67
	第9小时	管理Windows XP/7双操作系统	69
		设置双系统的启动顺序	69
		共享双操作系统的系统资源	70
		共享双操作系统的软件	76
		双操作系统的卸载	76
	第10小时	无光驱安装操作系统	78
		无光驱时安装操作系统的方法	78
		制作U盘启动盘	78
		在BIOS中设置第一启动设备为U盘	79
		从U盘启动电脑	81
		从U盘安装Windows XP	81



跟我上机	84
------------	----

第 3 篇 安装驱动程序与常用软件



第 11 小时 安装硬件驱动程序	86
------------------------	----

驱动程序的作用与分类	86
如何获取驱动程序	87
如何识别硬件的型号等信息	89
安装驱动程序的流程	90
安装主板驱动程序	91
安装DirectX 9.0驱动程序	92
安装显卡驱动程序	93
安装声卡驱动程序	95
安装网卡驱动程序	96
安装打印机等其他硬件驱动程序	97
使用驱动精灵安装或升级驱动程序	100



第 12 小时 安装常用软件	101
----------------------	-----

安装软件前的准备	101
安装杀毒工具软件	104
安装其他软件	106



第 13 小时 卸载驱动程序和软件	108
-------------------------	-----

查看与升级驱动程序	108
卸载驱动程序	110
使用软件自带卸载功能卸载软件	110
使用“添加或删除程序”功能卸载软件	111



跟我上机	112
------------	-----

第 4 篇 优化与备份系统



第 14 小时 系统安全与病毒防治	114
-------------------------	-----

使用Windows防火墙	114
使用系统自带的更新功能	116
使用“360安全卫士”扫描并修复系统漏洞	118
使用“360安全卫士”清理插件	119
使用“360安全卫士”查杀流行木马	120
使用杀毒软件查杀电脑病毒	121
升级病毒库	122



第15小时 Windows系统优化设置 123

减少系统的启动程序	124
缩短电脑启动显示系统列表的时间	125
优化系统视觉外观和设置虚拟内存	126
关闭系统休眠功能	127
禁用系统出错时发送报告	128
禁用系统还原功能	128
利用组策略优化系统	129



第16小时 使用软件优化系统 131

使用超级兔子优化系统	131
使用Windows优化大师优化系统	137



第17小时 备份与还原操作系统 144

创建还原点备份系统	145
使用还原点还原系统	146
使用Ghost备份系统	147
使用Ghost还原系统	150
使用全自动备份和还原系统	151
使用电脑自带的还原功能	152



跟我上机 152

第5篇 重装操作系统



第18小时 备份与还原文件 154

利用备份向导备份文件	154
利用备份向导还原文件	157
刻录备份数据	158

	第19小时 备份与还原驱动程序和注册表.....	161
	使用Windows优化大师备份与还原驱动程序	161
	使用驱动精灵备份与还原驱动程序	163
	在注册表编辑器中备份和还原注册表	166
	使用Windows优化大师备份和还原注册表	168
	使用超级兔子备份和还原注册表	169
	第20小时 备份与还原用户数据	171
	备份与还原系统字体	171
	备份与还原IE收藏夹	172
	备份与还原QQ聊天记录	175
	备份与还原MSN联系人	176
	备份与还原Foxmail中的地址簿	177
	第21小时 重装系统前的准备	179
	Windows环境下的硬盘分区与格式化	179
	使用系统安装盘进行分区与格式化	182
	用PartitionMagic不删除数据调整分区	183
	第22小时 开始重装系统	190
	在Windows环境下重装系统	190
	在DOS环境下重装系统	193
	使用系统盘修复Windows XP/7操作系统	194
	跟我上机	196

第6篇

拯救系统与数据

	第23小时 排除系统盘常见故障	198
	系统盘分区出现坏道	198
	Windows XP无故重启	199
	注册表出错导致系统显示不正常	200
	使用故障恢复台修复系统引导区	201
	使用故障恢复台恢复系统重要文件	202
	系统出错时使用最后一次正确配置	203

重新注册DLL文件防止操作系统频繁受损	203
通过命令提示符修复系统文件	205



第24小时 恢复不慎丢失的数据	205
-----------------------	-----

恢复磁盘中被格式化的文件	206
恢复磁盘中丢失和删除的数据	208
恢复磁盘丢失的簇	213
恢复移动存储设备的数据	214



跟我上机	216
------------	-----

第7篇 “十大”技巧精选



安装系统常见的十大问题及解决方法	218
------------------------	-----



重装系统常见的十大问题及解决方法	221
------------------------	-----



安装与重装系统后必做的十件事	225
----------------------	-----

第1篇

安装系统前的准备

操作系统是电脑与用户之间进行沟通交流的平台，电脑的正常运行必须建立在操作系统基础上。安装操作系统前还需要做一些准备工作，如设置BIOS以及硬盘分区和格式化等，完成这些准备工作后才能安装操作系统。本篇将从如何选择适合自己的操作系统、如何设置BIOS、如何对硬盘进行分区和格式化以及虚拟机的安装等几个方面进行详细介绍。



4 小时学习目标

- 安装与重装系统前须知
- 安装系统相关BIOS设置
- 硬盘分区与格式化
- 搭建系统安装试验平台





第1小时

安装与重装系统前须知

在安装与重装系统前，我们需要了解有哪些类型的操作系统，如何选择适合自己的操作系统，系统安装与重装的区别与常规流程以及如何选择安装方式等方面的知识，这样就可以在安装时做到心里有数，有备无患。



参见
随书光盘

视频讲解第1篇\第1小时

操作系统介绍

目前，大多数电脑上安装的都是Microsoft公司推出的Windows操作系统，下面将介绍最流行的3个Windows操作系统。

Windows XP操作系统



Windows XP操作系统桌面

Windows XP是继Windows 2000后推出的一款操作系统，也是目前主流的操作系统之一，支持数字照片、数码音乐、家庭网络和Internet等功能。Windows XP常用的版本有专业版（Professional）和家庭版（Home）。

Windows Vista操作系统

Windows Vista是继Windows XP后推出的一款操作系统，该操作系统包含了上百种新功能，具有革命性的全新图形化操作界面（称为“Windows Aero”），并具有更高的安全性能。Windows Vista从用户界面、安全设置到驱动模式都和以往的操作系统不同，常用的版本有商业版、家庭普通版和家庭高级版。



Windows Vista操作系统桌面

Windows 7操作系统



Windows 7操作系统桌面

Windows 7是继Windows Vista后最新发布的新一代操作系统，该系统在界面风格上继承了Vista的界面特色，并进一步增强了移动工作能力，Windows 7共推出家庭高级版和专业版等6个版本。



小提示：其他的操作系统

Windows系列操作系统中还包括Windows 98、Windows 2000、Windows Server 2003（服务器操作系统）等，除了Windows系列操作系统外，一些特殊用户还会使用UNIX、Linux和Mac OS（苹果机上使用）等操作系统。

选择适合自己的操作系统

目前主流的家用和商用操作系统都是使用Windows 操作系统，那么如何在种类繁多的版本中选择适合自己的操作系统版本呢？一般可以根据个人需求和电脑硬件配置，并结合操作系统特点来选择，下面分别进行介绍。

根据电脑的用途选择

选择操作系统前，首先应明确这台电脑的主要用途是什么，如果用于家庭娱乐休闲，则可以选择安装Windows XP、Windows Vista和Windows 7中的任意一款操作系统，并可选择安装其家庭版。如果用于商业办公，目前使用最多的仍然是Windows XP操作系统，部分办公用户使用的是Windows 7操作系统，安装时一般选择专业版或旗舰版即可。

根据操作系统特点选择

不同的操作系统有各自的特点，Windows系列操作系统完全采用图形化操作界面，可利用鼠标进行操作。下面简要介绍各主流Windows操作系统的主要特点。

Windows XP：采用Windows NT/2000的技术核心，运行可靠且稳定；出现故障时可将电脑还原到故障前的状态；可共享所有的资源，包括Internet连接。

Windows Vista：具有全新的Aero界面风格；家长控制功能可限制儿童访问某些网站；新增“用户账户控制”功能使系统更安全；提供更多实用的小工具。

Windows 7：大幅缩减了Windows 的启动速度；Aero效果更华丽；进行了许多方便用户的设计，如快速最大化、窗口半屏显示、系统故障快速修复等；使本地、网络和互联网搜索功能更加简单。

根据硬件配置选择

不同的操作系统对硬件配置有不同的要求，主要考虑的配置因素包括内存容量大小、硬盘容量和CPU的频率，目前新配置的电脑CPU的主频都比较高，内存存在1GB以上，硬盘容量在160GB以上，因此可以选择安装任意一款Windows操作系统。对于配置较低的电脑，尤其是内存存在1GB以下的电脑，建议安装Windows XP，系统才能稳定地运行。



小提示：安装各主流操作系统
对电脑的具体配置要求在后面讲解安装时将进行详细介绍。



小提示：什么是Windows XP SP3

它是Windows XP Service Pack 3 的简称，是Microsoft公司发布的Windows XP的第三个升级包，除了安全和常规补丁外，XP SP3还提供了很多全新特性，使之不仅仅是一个简单的补丁集合，如新的Windows产品激活模型、网络访问保护模块和策略、新的核心模式加密模块和黑洞路由检测功能等。

▶ 系统安装与重装的区别与必要性

简单地说，系统安装是指电脑在没有装操作系统的情况下进行的第一次系统安装，就像是在白纸上写字，而系统重装就是重新安装一款新的操作系统，相当于把以前写的字擦掉，再重新写字。下面具体讲解操作系统安装与重装的区别和必要性。

◆ 系统安装



电脑是由硬件系统和软件系统两部分组成的，软件系统包括操作系统和各种应用软件，电脑必须安装操作系统才能正常运行，同时其他应用软件必须在操作系统中安装和使用。因此在购买电脑后除了组装好电脑硬件外，还必须安装操作系统，安装时可以自定义硬盘的各个分区，将第一次安装操作系统的过程称为系统安装。

◆ 系统重装



操作系统在运行一段时间后，由于病毒的破坏、垃圾文件的产生或者系统文件的丢失可能导致系统运行效率低且缓慢，频繁死机甚至无法启动等情况，这时可以通过重装系统来解决上述问题，使系统恢复正常。重装系统时只需改变系统盘（C盘）中的内容而保持其他盘原有的文件不变。

▶ 系统安装与重装的一般流程

在进行操作系统安装之前，首先要设置为从光驱启动，接着是硬盘的分区和格式化，之后是操作系统的安装和各种驱动程序的安装，最后是各种各样软件的安装，其基本流程如下图所示。基本上所有组装好的电脑都要遵循这个安装流程，如果是重装系统，其安装流程基本相同，区别在于重装系统时不用再对硬盘进行分区与格式化。

