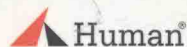


洪恩软件



点石成金系列

精彩多媒体教学光盘

行业电脑教育

——中老年篇

登高

生活▶
生▶
新▶
开辟▶
知识▶
更新▶



北京金洪恩电脑有限公司
天津电子出版社

点石成金 系列

行业电脑教育 ——中老年篇

北京金洪恩电脑有限公司 著

江苏工业学院图书馆
藏书章

天津电子出版社

内 容 提 要

俗话说：“活到老，学到老！”

本教材经过精心策划，围绕日常生活，为中老年全面提供学习、休闲、娱乐所需的电脑知识。

书中讲述的内容诸如 Windows 基本操作、文字输入法、上网、聊天、游戏、收发 E-Mail、搜索信息、电脑写作、做贺卡、记录家庭琐事、制作电子相册、病毒防治等等，都是针对中老年人对电脑知识的基本需求、思维习惯、学习特点等精心研究，而专门设计和开发的。教材的侧边还包含几百条的技巧和行业知识，以提高您的学习效率和扩大知识面。

多媒体光盘采用全程语音教学的方式，内容丰富，形象直观，生动有趣，以快速提高学习效率，让您迅速提高电脑的综合应用水平。

本教材沿袭了洪恩软件通俗易懂和人性化的特点，尽量避免中老年人低沉、缓慢、沉默、冷淡的性格特点。不涉及高深理论，只讲解如何操作、应用，非常适合中老年初学者学习使用。

版权所有 翻印必究

教 材 名： 行业电脑教育——中老年篇

教材编著： 北京金洪恩电脑有限公司

CD 著作者： 北京金洪恩电脑有限公司

出 版 社： 天津电子出版社

开 本： 787 × 1092 1/16 20.5 印张 426 千字

版 次： 2003 年 1 月第 1 版

2003 年 1 月第 1 次印刷

本 版 号： ISBN 7-900338-05-5/G · 81

定 价： 38.00 元（1CD）

《点石成金》系列制作群

策 划： 李宏明 潘全春

制 作： 徐莉蓓 于春红 刘 舫

潘全春 李宏明 安若婷

C D 制作： 辛 建

编 校： 潘全春 李宏明 安若婷

封面设计： 郭大卫

插 图： 王 涛

前 言

一代英雄豪杰曹操在北征乌桓回归途中留下了“老骥伏枥，志在千里；烈士暮年，壮心不已”的千古绝句，所表现出的英雄气概令人无不为之动容，也刻画出了自古多少英雄豪杰的梦想！

随着计算机的应用逐步深入到社会的各个领域，电脑学习不再是什么时尚，而已成为生活中必不可少的基本技能之一。我国人口老龄化趋势明显，其中60岁以上的老年人口已超过1.3亿，成为全世界老年人口最多的国家。但我国的电脑教育偏重于成人教育和职业教育，而对中老年人电脑教育的重视程度却远远不够，市场上也很少有适合中老年人学习电脑的好教材。为此，洪恩经过精心策划，编写了本教材——《行业电脑教育——中老年篇》。

本教材的宗旨：扩大中老年人的视野，丰富中老年人的生活。

许多中老年人受知识结构的影响，在学习电脑时被各种思维习惯限制，开始感到迷茫、困惑，甚至怀疑自己的能力。为此，许多教育机构和企业都在探讨一种适合中老年人学习电脑的方式和方法。本套教材正是洪恩电脑教育专家专门针对中老年人的思维习惯和学习特点研究开发而成的。

教材运用了洪恩特有的二维教学法和环境教学法，再配以思维化、口语式的语言，把最有用、最常用的知识献给您，必能让您在最短的时间内掌握最多的知识和技能，在这里我们称之为时间获知率。我们努力的目标就是不断追求更高的时间获知率。本教材和配套光盘采取了多媒体教学和情景式教学双管齐下的方式，使电脑知识的学习不再枯燥、晦涩，使学习不再是一种“痛苦”！

好了，亲爱的中老年朋友们：如果您以前曾经尝试了几次学习电脑，都未能掌握的话，那么这次您一定会成功！

脚踏实地、精益求精；科教兴国、行胜于言。洪恩软件永远与您在一起。

最后以一首经典的老歌作为结束语，并祝老年朋友学得开心、学得愉快！

最美不过夕阳红， 温馨又从容。

夕阳是晚开的花，夕阳是陈年的酒。

夕阳是迟到的爱，夕阳是未了的情。

多少情爱， 化做一片夕阳红。

行业电脑教育系列特点

多媒体教学：全程语音讲解，让您一学就会

新行业模式：融会行业知识，快速提高技能

情景式教学：学习更加轻松，知识趣味性强

开放式教学：打破行业局限，扩大知识层面

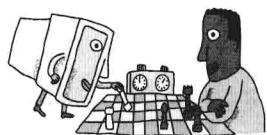
二维法教学：主线精辟讲解，辅线加强巩固

欢迎给我们提出问题，提出改进意见，您可拨打我们的技术服务热线（010）62634069，或发 E-mail 到 pcbook@goldhuman.com。

北京金洪恩电脑有限公司

董事长 池宇峰

情景式导读



下雨天，哪儿也不能去，待在家里又没有好的电视节目和音乐，也没有人陪……唉，该怎么办呢？

看看第二章和第八章的第一、二节吧。



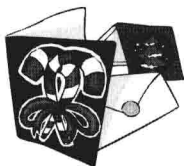
女儿出国已有一阵子了，不知道现在过得怎么样了。写信太慢，但打电话又太贵，难道就没有既便宜又快捷的联系方式吗？

请参考第六章和第七章。



想买东西不出门？家里有旧家电想转让？有空房要出租？那么，那无所不能的网络能帮上忙吗？

请参考第八章第四、五、六节。



快过年了，大家又开始忙着给亲朋好友准备贺卡了。如果想亲手做几张与众不同的贺卡，那该怎么办呢？

请参考第十章第三节。



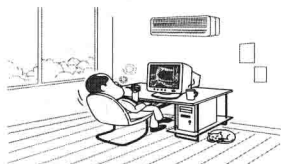
真想到书店去转转，但这楼爬起来真够累的！听说网上有不少免费的好东西，可是应该怎么找呢？

请参考第五章。



真想找个人侃一侃，但天气冷了，出门很不便，老朋友也没来串门了。那网上呢？应该会热闹些吧！

请参考第七章。



家里的闲钱想用来炒股票，可交易所离家太远了，天天跑来跑去真不方便。那在家能炒股吗？

请参考第八章第三节。



家里许多珍贵的老照片越来越不好保存了，而且最近也总忘事，真是头疼！有什么补救的措施吗？

请参考第十一、十二章。

目 录

第一章 亲近电脑，玩高级“电器”

第一节 认识电脑.....	1
第二节 开启电脑.....	2
第三节 指挥“小老鼠”，玩会儿纸牌.....	6
1. 可爱的“小老鼠”——鼠标.....	6
2. 玩会儿纸牌.....	7
第四节 让眼睛更舒服.....	12
1. 把字体变大.....	13
2. 加个“放大镜”.....	15
第五节 关闭电脑.....	17

第二章 私人的休闲空间

第一节 棋牌室.....	19
1. 纸牌.....	19
2. 空当接龙.....	19
3. 红心大战.....	24
4. 蜘蛛纸牌.....	28
5. 扫雷.....	32
6. 三维弹球.....	35
第二节 视听间.....	36
1. 听听戏.....	37
2. 看看戏.....	39

第三章 学会输入文字

第一节 键盘上字符的输入.....	41
1. 字母的输入.....	42
2. 数字和符号的输入.....	42
第二节 汉字的输入.....	43

1. 用拼音输入汉字	44
2. 五笔字型输入法	49
3. 最简单的输入法——手写输入	62

第四章 上网须知

第一节 上网能做什么	69
第二节 上网前的准备	71
1. 硬件的准备	71
2. 安装“猫”	72
3. 建立拨号连接	74
第三节 拨号上网	77

第五章 开始上网

第一节 看看新闻	79
1. 用用浏览器	79
2. 常用小技巧	82
3. 新闻搜索	86
第二节 读读电子书	89
1. 在线阅读	90
2. 下载书籍	91
3. 图书馆式的电子书籍网站	92
第三节 生活小百科	93
1. 医疗保健	93
2. 养生之道	96
3. 琴棋书画	98
4. 诗词歌赋	100
5. 衣食住行	100
6. 花鸟鱼虫	104
7. 小窍门	105

第六章 免费的“特快专递”

第一节 免费邮箱申请	113
------------------	-----

第二节 用浏览器收发电子邮件.....	117
1. 发出第一封“伊妹儿”	117
2. 接收并回复邮件	120
3. 发一封有附件的“伊妹儿”	121
4. 转发邮件.....	124
5. 删除邮件.....	125
6. 地址本.....	126
7. 签名档.....	127

第七章 找人聊天解闷

第一节 聊天室.....	129
1. 进聊天室逛逛.....	129
2. 跟别人“搭腔”	131
3. 在聊天室中“扮鬼脸”	132
第二节 论坛.....	134
1. 游客参观.....	134
2. 免费注册.....	136
3. 回复和发表.....	137
4. 认识几个“行话”	138
第三节 同学录.....	138
1. 新用户注册.....	139
2. 注册新班级.....	141
3. 查看通讯录.....	145
4. 留言簿.....	145
第四节 网络寻呼机——“QQ”	147
1. 软件下载、安装.....	147
2. 第一次使用.....	151
3. QQ的基本使用.....	154
4. “二人世界”与语音聊天.....	158
第五节 即时消息Windows Messenger.....	160
1. 申请微软.Net护照.....	160

2. 登录Windows Messenger	163
3. 邀请朋友	165
4. 文字聊天	166
5. 退出Messenger	167
6. 其它功能	168

第八章 网上休闲生活

第一节 网络视听间	169
1. 免费电影院	169
2. 怀旧金曲	174
3. 曲苑杂谈	179
第二节 游戏世界	180
1. Windows中的联网游戏	181
2. 联众世界	184
第三节 网上炒股	192
1. 网上的股市资讯	192
2. 网上股票交易	194
第四节 网上购物	197
1. 选购商品	197
2. “去收银台”付款	199
3. 检查购物计划	200
4. 检查收货信息	201
5. 选择付款方式和送货方式	201
6. 最后确认	202
第五节 网上拍卖	204
1. 拍卖	204
2. 竞买	206
第六节 网上租房	207
1. 查看信息	208
2. 发布信息	209
3. 删除信息	209

第九章 老少同乐

第一节 培育下一代.....	211
第二节 吃个团圆饭.....	213
1. 网上买菜.....	213
2. 网上菜谱.....	214
3. 网上订餐.....	215
第三节 老少同游.....	216
1. 查看旅游信息.....	216
2. 网上订票.....	217

第十章 用电脑写诗、做贺卡

第一节 写一首诗.....	219
1. 启动Word.....	219
2. 输入内容.....	220
3. 设计版面.....	221
4. 保存诗篇.....	226
5. 打印诗篇.....	227
6. 关闭Word.....	233
第二节 写一封信.....	234
1. 新建文档.....	234
2. 输入内容.....	234
3. 格式设置.....	234
4. 加幅插图.....	236
5. 加艺术字.....	238
第三节 做一张贺卡.....	239
1. 页面设置.....	239
2. 加边框.....	241
3. 加背景.....	242
4. 加艺术字.....	244
5. 加贺词.....	244

第十一章 记录家庭琐事

第一节 电话号码表.....	245
1. 启动Excel.....	245
2. 输入电话号码.....	245
3. 保存电话号码.....	247
4. 美化表格.....	248
5. 打印电话号码.....	251
6. 关闭Excel.....	252
第二节 收支帐目表.....	252
1. 收入状况表.....	252
2. 支出状况表.....	258
3. 收支综合表.....	262
第三节 彩票分析与预测.....	265
1. 获取历史数据.....	265
2. 修整数据.....	267
3. 数据统计.....	269
4. 计算概率.....	271
5. 数据排序.....	275

第十二章 制作电子相册

第一节 准备工作.....	278
1. 扫描仪的安装.....	278
2. 数码相机的连接.....	280
第二节 制作电子相册.....	281
1. 启动PowerPoint.....	281
2. 获取相片.....	283
3. 调整相片大小和位置.....	287
4. 加入相片说明.....	288
5. 放进下一张相片.....	289
6. 保存相册.....	290
7. 自动播放相片.....	291

第十三章 电脑病毒的防治

第一节 认识病毒.....	293
1. 什么是电脑病毒.....	293
2. 看看病毒的危害.....	293
第二节 预防病毒的方法.....	295
第三节 杀毒软件的使用.....	296
1. Norton杀毒软件.....	296
2. 瑞星杀毒软件.....	300
附录一 汉语拼音方案.....	306
附录二 侧边内容索引.....	308

第一章 亲近电脑，玩高级“电器”

电脑不只属于年轻人！

许多没有接触过电脑的中老年朋友常常觉得电脑非常神秘，甚至感到不可捉摸，不敢去“碰”它，怕把它“碰”坏了。其实当科技发展到今天，电脑中加入了许多人性化的设计，它的使用已经变得越来越简单了。

打个比方吧，电视刚有遥控器的时候，我们也不知道该怎么用，可是现在大家用得都很习惯很顺手。电脑也就不过是一件稍微复杂一点的高级电器，用过以后，您就会觉得“其实它也没什么嘛”。

只要有信心，敢动手，电脑很快就会非常听话好使了。下面我们就来亲近亲近它吧。

第一节 认识电脑

在学习操作之前，先来认识认识我们的电脑，它都有哪几样东西呢？

一般来说，现在的电脑至少包括这几部分：主机、显示器、键盘、鼠标，有些电脑还有一对音箱！

虽然有些电脑外观、颜色上看着不太一样，但基本都包括下面的几部分。如图 1-1-1 所示。

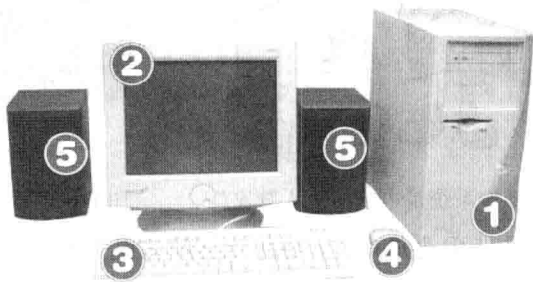


图 1-1-1 电脑的组成

认识了这几样，您就已经成功地迈出了第一步。至于它们的用途和种类，我们将在用到的时候再一一讲解。

我们不需要深入地了解电脑的结构和原理，只要学会操作软件和简单维护就足够了。

本章主要内容

- 认识电脑
- 开启电脑
- 操作鼠标
- 纸牌游戏
- 关闭电脑

本节主要内容

- 认识电脑组成
- 树立信心



标识

- ① 主机
- ② 显示器
- ③ 键盘
- ④ 鼠标
- ⑤ 音箱

第一台电子计算机

第二次世界大战期间,美国军方为了解决计算大量军用数据的难题,成立了由宾夕法尼亚大学的莫奇利和埃克特领导的研究小组,开始研制世界上第一台电子计算机。经过三年紧张的工作,第一台电子计算机 ENIAC 终于在 1946 年 2 月 14 日问世。



电脑中最重要的软件就是“操作系统”。

Windows 是目前最流行的操作系统。

电脑常识介绍

平时老听别人说“软件”、“硬件”,是怎么一回事呢?

很简单,硬件就是我们能看见、摸得着的这些东西,比如主机、显示器、键盘、鼠标等,而软件是我们看不见的、存在于电脑内部的。

打个比方,硬件就好比人类的躯体;而软件就好比人类的思想。没有躯体,思想是无法存在的,但没有思想的躯体也只是一个植物人。电脑也一样,没有主机等硬件,软件是无法存在的;而一个没有软件的电脑也只是一堆废铁。

每一种软件都有特定的作用,安装的软件越多,电脑能做的事情就越多。比如安装了 Word,您就可以用这个软件来写文章;安装了超级解霸,您就可以用它听音乐、看电影;安装了纸牌,您就可以玩翻纸牌的游戏了!

而在各种软件中最重要的就是操作系统了,它就好像《红楼梦》里精明能干的管家婆王熙凤,管理电脑中的硬件和软件。

目前最流行的操作系统是微软公司的 Windows,您常听人们说的 Win 95、Win 98、Win NT、Win 2000 或 Win XP 什么的,指的就是这个操作系统!

在电脑中,各种功能都对应着相应的程序,只要找到相应的程序,运行它就行了。

什么是程序呢?您看,这个录音机,上面有许多按键,每个键都对应着一个功能,按下一个键它就会做出相应的动作。电脑也是一样,每一个程序都对应着至少一项功能;想完成一项功能,就运行相应的程序。

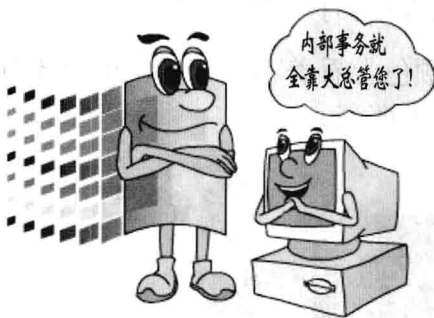


图 1-1-2 操作系统是电脑的“大管家”



图 1-1-3 程序与录音机

学习电脑第一步需要您知道,要想让电脑完成一定的功能,必须运行相应的程序。

第二节 开启电脑

打开电脑的操作很简单,按下电脑上的电源开关就可以了,我们称之为“开机”。

电脑的电源开关在主机箱上，如图 1-2-1 所示，一般上面会有“Power”字样或者“”标志，按下这个开关，电脑就启动了。

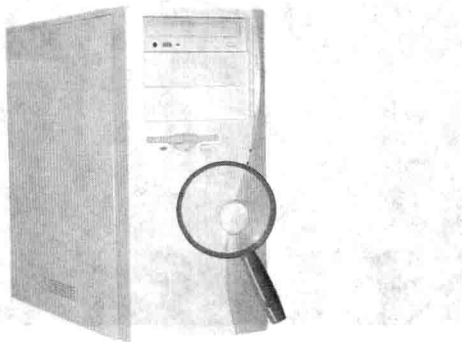


图 1-2-1 主机箱上的电源开关

电脑启动后，显示器屏幕上会连续出现很多画面，这是电脑的启动过程。在这个过程中电脑将进行自检，接下来会出现微软 Windows XP 的标志，并有蓝色的小色块滚动的画面，同时还会伴随产生一声清脆的音乐，这就是 Windows 操作系统的启动画面。

这些画面我们欣赏一下就可以了，不用管它，稍等一会，就会出现如图 1-2-2 所示的画面，这就是 Windows 的桌面，它的出现表示电脑已经成功启动了，您就可以跳过下面的内容，开始学习第三节了。



图 1-2-2 Windows XP 的桌面

假如出现的是如图 1-2-3 所示的画面，则表示您还需要输入密码，才能进入 Windows。

本节主要内容

- 开机的正确操作
- 密码的输入



显示器怎么不亮呀？
哦，显示器的电源没开呢！

Windows 的版本

Windows 操作系统有好几个版本，现在常用的是 Windows XP、Windows 2000、Windows Me，在此之前还有 Windows 98、Windows 95 等版本，这里我们以 Windows XP 为例。

IT 是什么意思

本书的这个位置经常介绍一些 IT 知识, 那 IT 指的是什么呢?

IT 是 Information Technology 的缩写, 意思是信息技术。主要指与计算机、网络和通信相关的技术。



图 1-2-3 登录界面

根据屏幕上给出的提示, 移动桌上的鼠标, 让屏幕上的小箭头移到您的用户名上, 按一下鼠标左边的键 (详细的鼠标操作参见第一章第三节), 出现一个白色框, 并且有道竖线在闪烁, 这时我们要用键盘输入密码了。

怎么输入呢? 让我们先看一下键盘的样子, 简单先学一点, 键盘的详细使用方法我们放在后面的章节中再学习。



标识

- ① 数字键区
- ② CapsLock 灯
- ③ CapsLock 键
- ④ BackSpace 键
- ⑤ Enter 键

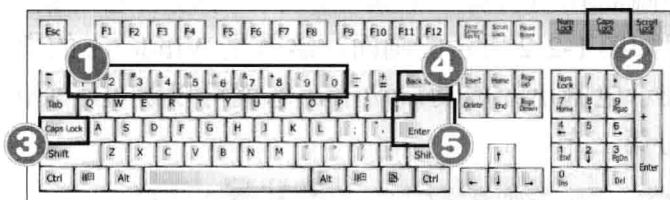


图 1-2-4 键盘

如果您的密码是数字, 就按顺序依次按一下大键盘区相应的数字键 0~9。

如果密码里有字母, 先看一下键盘右上角的大写指示灯——Caps Lock 灯亮不亮。如果灯亮着, 按键盘上相应字母的按键输入的就是键上面标的大写字母, 例如按 F 键, 输入的就是大写字母 “F”; 如果灯不亮, 输入的就是小写字母 “f”。密码里大写小写是完全不同的, 一定要注意。



Caps Lock 灯是用键盘上的 Caps Lock 键来控制的, 它就像家里电灯的开关一样, 按一下开, 再按一下关。