



新手入门+逐步进阶+实战提高  
图解教学+范例练习+视频光盘

# 笔记本电脑使用 和维护入门与提高

凤舞科技 编著



- \* 最完整、专业的知识体系：  
4大分篇、17章专题，全面专业。
- \* 最典型、实用的案例技巧：  
200多个案例加技巧，经典实用。
- \* 最详尽、高清的图解教学：  
1500多张高清的图片，一目了然。
- \* 最超值、贴心的光盘资源：  
含所有素材与效果文件、教学视频。

DVD光盘  
超值赠送

含本书280多分钟视频演示，  
另赠送400集教学视频

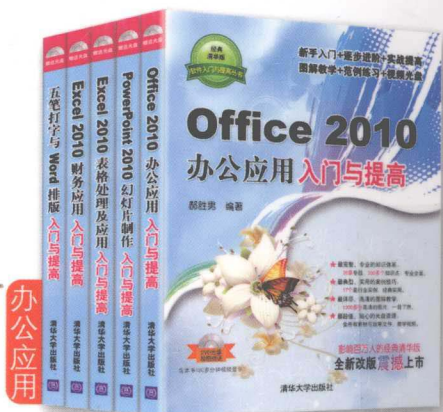
影响百万人的经典清华版  
全新改版震撼上市

清华大学出版社



» 视频讲解，易学易精：图解教学，视频演示，简单易学，学而能精

# 软件入门与提高丛书



WQBook 书文局泉



9 787302 283010 >

定价：55.00元

软件入门与提高丛书

# 笔记本电脑使用和维护入门与提高

风舞科技 编著

清华大学出版社  
北 京

## 内 容 简 介

本书是一本笔记本电脑选购、使用和维护大全,也是一本案头工具宝典。全书通过4大篇幅内容布局、6种防盗措施详解、11种上网方式详解、17章专题技术讲解、120个实战技巧放送、130个常见故障排除、280多分钟视频演示、1500多张图片全程图解,帮助读者在最短时间内掌握笔记本电脑的选购、使用和维护知识,成为优秀的笔记本电脑应用高手。

全书分为4篇:基础入门篇、提高实战篇、优化维护篇和故障排除篇,共17章。全书具体内容包括认识笔记本电脑、选购笔记本电脑、安装电脑操作系统、轻松使用Windows 7、连接和共享网络资源、安装与使用常用软件、使用Internet网上冲浪、体验多媒体和娱乐功能、使用Office办公软件、安装与使用常见外设、设置与优化笔记本电脑、笔记本电脑安全与防护、笔记本电脑维护与更新、笔记本电脑保养与升级、排除笔记本电脑软件故障、排除笔记本电脑网络故障以及硬件故障等内容。全书理论与实践相结合,能够帮助读者加深对笔记本电脑的了解和应用。

本书结构清晰、语言简洁,是广大笔记本电脑初中级用户的首选工具书,适合于笔记本电脑使用者阅读,对于即将购买笔记本电脑的用户来说,也是最佳的学习和指导手册。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

### 图书在版编目(CIP)数据

笔记本电脑使用和维护入门与提高/凤舞科技编著. —北京:清华大学出版社, 2012.5

(软件入门与提高丛书)

ISBN 978-7-302-28301-0

I. ①笔… II. ①凤… III. ①笔记本电脑—使用 ②笔记本电脑—维修 IV. ①TP368.32

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第043877号

责任编辑:杨作梅 张术强

封面设计:刘孝琼

版式设计:北京东方人华科技有限公司

责任校对:周剑云

责任印制:李红英

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址:北京清华大学学研大厦A座 邮 编:100084

社总机:010-62770175 邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, [c-service@tup.tsinghua.edu.cn](mailto:c-service@tup.tsinghua.edu.cn)

质 量 反 馈:010-62772015, [zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn](mailto:zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn)

课 件 下 载: <http://www.tup.com.cn>, 010-62791865

印 刷 者:清华大学印刷厂

装 订 者:三河市溧源装订厂

经 销:全国新华书店

开 本:203mm×260mm 印 张:26.5 字 数:676千字

(附DVD1张)

版 次:2012年5月第1版

印 次:2012年5月第1次印刷

印 数:1~4000

定 价:55.00元



普通用户使用计算机最关键也最头疼的问题恐怕就是学用软件了。软件范围之广，版本更新之快，功能选项之多，体系膨胀之大，往往令人目不暇接，无从下手；而每每看到专业人士在计算机前如鱼得水，把软件玩得活灵活现，您一定又会惊羡不已。

“临渊羡鱼，不如退而结网”。道路只有一条：动手去用！选择您想用的软件和一本配套的好书，然后坐在计算机前面，开机、安装，按照书中的指示去用、去试，很快您就会发现您的计算机也有灵气了，您也能成为一名出色的舵手，自如地在软件海洋中航行。

《软件入门与提高丛书》就是您畅游软件之海的导航器。它是一套包含了现今主要流行软件的使用指导书，能使您快速便捷地掌握软件的操作方法和编程技术，得心应手地解决实际问题。

本丛书主要特点有如下几个方面。

## ◎ 软件领域

本丛书精选的软件皆为国内外著名软件公司的知名产品，也是时下国内应用面最广的软件，同时也是各领域的佼佼者。目前本丛书所涉及的软件领域主要有操作平台、办公软件、计算机辅助设计、网络和 Internet 软件、多媒体和图形图像软件等。

## ◎ 版本选择

本丛书对于软件版本的选择原则是：紧跟软件更新步伐，推出最新版本，充分保证图书的技术先进性；兼顾经典主流软件，给广受青睐、深入人心的传统产品以一席之地；对于兼有中西文版本的软件，采取中文版，以尽力满足中国用户的需要。

## ◎ 读者定位

本丛书明确定位于初、中级用户。不管您以前是否使用过本丛书所述的软件，这套书对您都将非常合适。

本丛书名中的“入门”是指，对于每个软件的讲解都从必备的基础知识和基本操作开始，新用户无须参照其他书即可轻松入门；老用户亦可从中快速了解新版本的新特色和新功能，自如地踏上新的台阶。至于书名中的“提高”，则蕴涵了图书内容的重点所在。当前软件的功能日趋复杂，不学到一定的深度和广度是难以在实际工作中应用自如

的。因此，本丛书在帮助读者快速入门之后，就以大量明晰的操作步骤和典型的应用实例，教会读者更丰富全面的软件技术和应用技巧，使读者能真正对所学软件做到融会贯通并熟练掌握。

## ◎ 内容设计

本丛书的内容是在仔细分析用户使用软件的困惑和目前电脑图书市场现状的基础上确定的。简而言之，就是实用、明确和透彻。它既不是面面俱到的“用户手册”，也并非详解原理的“功能指南”，而是独具实效的操作和编程指导，围绕用户的实际使用需要选择内容，使读者在每个复杂的软件体系面前能“避虚就实”，直达目标。对于每个功能的讲解，则力求以明确的步骤指导和丰富的应用实例准确地指明如何去做。读者只要按书中的指示和方法做成、做会、做熟，再举一反三，就能扎扎实实地轻松入行。

## ◎ 风格特色

### 1. 从基础到专业，从入门到入行

本丛书针对想快速上手的读者，从基础知识起步，直到专业设计讲解，从入门到入行，在全面掌握软件使用方法和技巧的同时，掌握专业设计知识与创意手法，从零到专迅速提高，让一个初学者快速入门进而设计作品。

### 2. 全新写作模式，清新自然

本丛书采用“案例功能讲解+唯美插画图示+专家技术点拨+综合案例教学”写作方式，书的前部分主要以命令讲解为主，先详细讲解软件的使用方法及技巧，在讲解使用方法和技巧的同时穿插大量实例，以实例形式来详解工具或命令的使用，让读者在学习基础知识的同时，掌握软件工具或命令的使用技巧；对于实例来说，本丛书采用分析实例创意与制作手法，然后呈现实例制作流程图，让读者在没有实际操作的情况下了解制作步骤，做到心中有数，然后进入课堂实际操作，跟随步骤完成设计。

### 3. 全程多媒体跟踪教学，人性化的设计掀起电脑学习新高潮

本丛书有从教多年的专业讲师全程多媒体语音录像跟踪教学，以面对面的形式讲解。以基础与实例相结合，技能特训实例讲解，让读者坐在家中尽享课堂的乐趣。配套光盘除了书中所有基础及案例的全程多媒体语音录像教学外，还提供相应的丰富素材供读者分析、借鉴和参考，服务周到、体贴、人性化，价格合理，学习方便，必将掀起一轮电脑学习与应用的新高潮！

### 4. 专业设计师与你面对面交流

参与本丛书策划和编写的作者全部来自业内行家里手。他们数年来承接了大量的项

目设计，参与教学和培训工作，积累了丰富的实践经验。每本书就像一位专业设计师，将他们设计项目时的思路、流程、方法和技巧、操作步骤面对面地与读者交流。

#### 5. 技术点拨，汇集专业大量的技巧精华

本丛书以技术点拨形式，在书中安排大量软件操作技巧、图形图像创意和设计理念，以专题形式重点突出。它不同于以前图书的提示与技巧，是以实用性和技巧性为主，以小实例的形式重点讲解，让初学者快速掌握软件技巧及实战技能。

#### 6. 内容丰富，重点突出，图文并茂，步骤详细

本丛书在写作上由浅入深、循序渐进，教学范例丰富、典型、精美，讲解重点突出、图文并茂，操作步骤翔实，可先阅读精美的图书，再与配套光盘中的立体教学互动，使学习事半功倍，立竿见影。

经过紧张的策划、设计和创作，本丛书已陆续面市，市场反应良好。本丛书自面世以来，已累计售近千万册。大量的读者反馈卡和来信给我们提出了很多好的意见和建议，使我们受益匪浅。严谨、求实、高品位、高质量，一直是清华版图书的传统品质，也是我们在策划和创作中孜孜以求的目标。尽管倾心相注，精心而为，但错误和不足在所难免，恳请读者不吝赐教，我们定会全力改进。

编 者

## □ 本书简介

随着人们生活水平的不断提高,笔记本电脑已经成为移动办公和家庭用户的首选。本书从用户的实际需求出发,为用户提供了一套完整的笔记本电脑选购、使用和维护方案。

## □ 本书特色

### □<sub>1</sub> 4 大篇幅内容布局

本书结构清晰,内容分为4大篇:基础入门篇、提高实战篇、优化维护篇和故障排除篇。

### □<sub>2</sub> 6 种防盗措施详解

本书详细讲解了保险箱、防盗锁、防盗栓、指纹锁、智能追踪以及安全智能卡的防盗方法,供读者掌握。

### □<sub>3</sub> 11 种上网方式详解

本书详细介绍了ADSL上网、小区宽带上网、光纤接入上网、无线局域网上网以及3G上网等上网方式。

### □<sub>4</sub> 17 章专题技术讲解

本书结构体系全面,由浅入深地对局域网组建和维护等17章专题技术进行了全面细致的讲解。

### □<sub>5</sub> 120 个实战技巧放送

书中将作者在平时工作中总结的笔记本电脑使用技巧与维护经验,毫无保留地奉献,以供读者掌握。

### □<sub>6</sub> 130 个常见故障排除

书中列举了130个最为常见的笔记本电脑故障,就其原因进行了详细分析,并提供了多种解决方法。

### □<sub>7</sub> 280 多分钟视频演示

对于书中实例全部录制了带语音讲解的演示视频,时间长度近280分钟,读者可以



边看视频边学习。

#### □<sub>8</sub> 1500 多张图片全程图解

本书采用了 1500 多张图片，对于局域网组建和维护方法由浅入深、循序渐进地进行了全程式的图解。

### □ 本书内容

本书共分为 4 篇：基础入门篇、提高实战篇、优化维护篇、故障排除篇，具体如下。

#### □<sub>1</sub> 基础入门篇

第 1~2 章，详细讲解了笔记本电脑外部结构、内部结构、接口和配件、笔记本电脑选购技巧等，让读者了解了选购笔记本电脑的各种准备工作。

#### □<sub>2</sub> 提高实战篇

第 3~10 章，详细讲解了安装系统和驱动程序、连接网络资源、安装软件、使用 Internet 网上冲浪以及使用常见外设等方法，提高读者对笔记本电脑的操作能力。

#### □<sub>3</sub> 优化维护篇

第 11~14 章，详细讲解了优化笔记本电脑系统、笔记本电脑安全防护、笔记本电脑更新以及保养笔记本电脑的方法，让读者掌握对笔记本电脑进行优化和保养能力。

#### □<sub>4</sub> 故障排除篇

第 15~17 章，详细讲解了笔记本电脑的故障诊断与排除方法，进一步加强了读者维护笔记本电脑的能力，让读者可以从容地面对笔记本电脑的各种故障。

### □ 作者售后

本书由风舞科技编著，同时参加编写的人员还有柏松、谭贤、杨闰艳、刘嫔、苏高、颜勤勤、刘东姣、姜雄、杜祥伟、周旭阳、袁淑敏、谭俊杰、徐茜、杨端阳、谭中阳等人。由于时间仓促，书中难免存在疏漏与不妥之处，欢迎广大读者来信咨询和指正，联系邮箱：itsir@qq.com。

编 者

# Contents

## 目 录

### 基础入门篇

#### 第 1 章 认识笔记本电脑.....3

- 1.1 初步了解笔记本电脑.....4
  - 1.1.1 笔记本电脑的优点.....4
  - 1.1.2 笔记本电脑的发展趋势.....4
  - 1.1.3 笔记本电脑的主流技术.....5
- 1.2 认识笔记本电脑外部结构.....5
  - 1.2.1 认识笔记本电脑外壳材质.....6
  - 1.2.2 辨别笔记本电脑外壳材质方法.....7
  - 1.2.3 认识笔记本电脑液晶显示屏.....7
  - 1.2.4 认识笔记本电脑键盘.....9
  - 1.2.5 认识笔记本电脑触摸板.....9
- 1.3 认识笔记本电脑内部结构.....10
  - 1.3.1 主板.....10
  - 1.3.2 显卡.....10
  - 1.3.3 内存.....11
  - 1.3.4 光驱.....11
  - 1.3.5 硬盘.....12
  - 1.3.6 电池.....14
  - 1.3.7 移动 CPU.....14
  - 1.3.8 电源适配器.....15
- 1.4 认识笔记本电脑接口和配件.....15
  - 1.4.1 笔记本电脑接口.....15
  - 1.4.2 笔记本电脑配件.....17

#### 第 2 章 选购笔记本电脑.....19

- 2.1 选购笔记本电脑前的准备.....20
  - 2.1.1 了解笔记本电脑品牌.....20
  - 2.1.2 了解市场最新信息.....20
  - 2.1.3 明确购机的资金预算.....20
- 2.2 选购笔记本电脑实战技巧.....20

- 2.2.1 选择合适的购买场所.....21
- 2.2.2 了解商家的销售手段.....21
- 2.2.3 鉴别行货与水货电脑.....22
- 2.2.4 鉴别样机与翻新机.....22
- 2.3 根据需求选购笔记本电脑.....23
  - 2.3.1 选购商务笔记本电脑.....23
  - 2.3.2 选购家用笔记本电脑.....24
  - 2.3.3 选购学生笔记本电脑.....24
  - 2.3.4 选购游戏笔记本电脑.....25
  - 2.3.5 选购女性笔记本电脑.....25
  - 2.3.6 选购上网本.....26
  - 2.3.7 选购笔记本电脑配件.....26
- 2.4 检查与验收笔记本电脑.....27
  - 2.4.1 检查外包装.....27
  - 2.4.2 检查序列号.....28
  - 2.4.3 核对装箱清单.....28
  - 2.4.4 检查笔记本电脑外观.....28
  - 2.4.5 开机检查笔记本电脑.....28
- 2.5 测试笔记本电脑.....29
  - 2.5.1 测试笔记本电脑 CPU.....29
  - 2.5.2 测试笔记本电脑内存.....30
  - 2.5.3 测试笔记本电脑硬盘.....30
  - 2.5.4 测试笔记本电脑电池.....31
  - 2.5.5 测试笔记本电脑液晶显示器.....31
- 2.6 二手笔记本电脑选购实战指南.....34
  - 2.6.1 二手笔记本电脑选购要点.....34
  - 2.6.2 二手笔记本电脑交易事项.....34
  - 2.6.3 二手笔记本电脑选购建议.....35
  - 2.6.4 二手笔记本电脑售后服务.....35

## 提高实战篇

|                                        |           |                            |           |
|----------------------------------------|-----------|----------------------------|-----------|
| <b>第3章 安装电脑操作系统</b> .....              | <b>39</b> | 4.3 设置输入法 .....            | 84        |
| 3.1 设置笔记本电脑 BIOS .....                 | 40        | 4.3.1 查看和切换输入法 .....       | 85        |
| 3.1.1 进入笔记本电脑 BIOS .....               | 40        | 4.3.2 添加自带输入法 .....        | 85        |
| 3.1.2 设置从光驱启动 .....                    | 40        | 4.3.3 删除自带输入法 .....        | 86        |
| 3.1.3 设置日期和时间 .....                    | 41        | 4.3.4 安装搜狗拼音输入法 .....      | 87        |
| 3.1.4 恢复电池充电性能 .....                   | 42        | 4.3.5 安装极品五笔输入法 .....      | 90        |
| 3.2 安装笔记本电脑系统 .....                    | 43        | 4.4 设置系统个性化环境 .....        | 91        |
| 3.2.1 选择 Windows 操作系统版本 .....          | 43        | 4.4.1 设置系统主题 .....         | 91        |
| 3.2.2 安装 Windows 操作系统流程 .....          | 43        | 4.4.2 更换桌面背景 .....         | 92        |
| 3.2.3 安装 Windows XP 操作系统 .....         | 43        | 4.4.3 取消透明效果 .....         | 93        |
| 3.2.4 安装 Windows 7 操作系统 .....          | 50        | 4.5 创建属于自己的用户账户 .....      | 94        |
| 3.2.5 在 Windows 7 下安装 Windows XP ..... | 55        | 4.5.1 创建用户账户 .....         | 94        |
| 3.3 安装笔记本电脑驱动 .....                    | 59        | 4.5.2 更换账户图片 .....         | 95        |
| 3.3.1 认识驱动程序 .....                     | 59        | 4.5.3 重命名账户 .....          | 96        |
| 3.3.2 安装驱动程序的顺序 .....                  | 60        | 4.5.4 删除其他账户 .....         | 96        |
| 3.3.3 安装主板驱动程序 .....                   | 60        | <b>第5章 连接和共享网络资源</b> ..... | <b>99</b> |
| 3.3.4 安装显卡驱动程序 .....                   | 61        | 5.1 了解笔记本电脑上网方式 .....      | 100       |
| 3.3.5 安装声卡驱动程序 .....                   | 62        | 5.1.1 有线上网方式 .....         | 100       |
| 3.3.6 安装蓝牙驱动程序 .....                   | 63        | 5.1.2 无线上网方式 .....         | 100       |
| 3.3.7 安装无线网卡驱动程序 .....                 | 64        | 5.2 笔记本电脑有线上网 .....        | 101       |
| <b>第4章 轻松使用 Windows 7</b> .....        | <b>67</b> | 5.2.1 ADSL 拨号上网 .....      | 101       |
| 4.1 掌握 Windows 7 基本操作 .....            | 68        | 5.2.2 小区宽带上网 .....         | 103       |
| 4.1.1 启动 Windows 7 .....               | 68        | 5.3 笔记本电脑无线上网 .....        | 104       |
| 4.1.2 退出 Windows 7 .....               | 68        | 5.3.1 无线上网设备 .....         | 104       |
| 4.1.3 设置任务栏属性 .....                    | 69        | 5.3.2 通过手机蓝牙上网 .....       | 105       |
| 4.1.4 设置系统桌面图标 .....                   | 72        | 5.3.3 通过无线局域网上网 .....      | 107       |
| 4.1.5 设置系统日期和时间 .....                  | 74        | 5.4 笔记本电脑 3G 无线上网 .....    | 108       |
| 4.1.6 设置“开始”菜单属性 .....                 | 76        | 5.4.1 认识 3G 上网 .....       | 108       |
| 4.2 管理文件与文件夹 .....                     | 78        | 5.4.2 了解笔记本电脑 3G 上网 .....  | 108       |
| 4.2.1 认识文件和文件夹 .....                   | 78        | 5.4.3 选购合适的 3G 上网卡 .....   | 108       |
| 4.2.2 新建文件和文件夹 .....                   | 79        | 5.5 配置笔记本电脑局域网 .....       | 109       |
| 4.2.3 打开文件和文件夹 .....                   | 80        | 5.5.1 加入工作组 .....          | 109       |
| 4.2.4 删除文件和文件夹 .....                   | 80        | 5.5.2 开启共享功能 .....         | 110       |
| 4.2.5 选择文件和文件夹 .....                   | 81        | 5.5.3 共享文件和文件夹 .....       | 111       |
| 4.2.6 复制与粘贴文件夹 .....                   | 82        | 5.5.4 共享打印机 .....          | 112       |
| 4.2.7 重命名文件和文件夹 .....                  | 84        | 5.5.5 共享光盘驱动器 .....        | 113       |



|              |                               |            |
|--------------|-------------------------------|------------|
| 5.5.6        | 组建家庭组网络 .....                 | 114        |
| <b>第 6 章</b> | <b>安装与使用常用软件 .....</b>        | <b>117</b> |
| 6.1          | 下载软件——迅雷 .....                | 118        |
| 6.1.1        | 安装迅雷 .....                    | 118        |
| 6.1.2        | 使用迅雷下载程序 .....                | 120        |
| 6.1.3        | 管理迅雷下载文件 .....                | 121        |
| 6.2          | 解压缩软件——WinRAR .....           | 122        |
| 6.2.1        | 安装 WinRAR .....               | 122        |
| 6.2.2        | 使用 WinRAR 压缩文件 .....          | 124        |
| 6.2.3        | 使用 WinRAR 解压缩文件 .....         | 124        |
| 6.3          | 看图软件——ACDSee .....            | 125        |
| 6.3.1        | 安装 ACDSee .....               | 125        |
| 6.3.2        | 使用 ACDSee 浏览图片 .....          | 128        |
| 6.3.3        | 使用 ACDSee 管理文件 .....          | 129        |
| 6.4          | 杀毒软件——瑞星 .....                | 132        |
| 6.4.1        | 安装瑞星 .....                    | 133        |
| 6.4.2        | 使用瑞星查杀病毒 .....                | 134        |
| 6.5          | 影音软件——暴风影音 .....              | 135        |
| 6.5.1        | 安装暴风影音 .....                  | 135        |
| 6.5.2        | 播放电影 .....                    | 137        |
| 6.5.3        | 设置暴风影音 .....                  | 138        |
| 6.5.4        | 暴风影音的常用操作 .....               | 139        |
| 6.6          | 刻录软件——Nero .....              | 139        |
| 6.6.1        | 安装 Nero .....                 | 139        |
| 6.6.2        | 使用 Nero 刻录光盘 .....            | 143        |
| 6.7          | 翻译软件——金山词霸 .....              | 144        |
| 6.7.1        | 安装金山词霸 .....                  | 144        |
| 6.7.2        | 英译汉 .....                     | 146        |
| 6.7.3        | 汉译英 .....                     | 146        |
| <b>第 7 章</b> | <b>使用 Internet 网上冲浪 .....</b> | <b>147</b> |
| 7.1          | 浏览网页基本操作 .....                | 148        |
| 7.1.1        | 认识 IE 浏览器 .....               | 148        |
| 7.1.2        | 浏览网络资源 .....                  | 149        |
| 7.1.3        | 下载网络资源 .....                  | 150        |
| 7.1.4        | 设置浏览器主页 .....                 | 152        |
| 7.1.5        | 添加收藏夹网页 .....                 | 153        |
| 7.1.6        | 如何搜索网络资源 .....                | 154        |

|       |                    |     |
|-------|--------------------|-----|
| 7.1.7 | 搜索各种网络资源 .....     | 156 |
| 7.2   | 使用 QQ 邮箱收发邮件 ..... | 159 |
| 7.2.1 | 开通 QQ 邮箱 .....     | 159 |
| 7.2.2 | 登录 QQ 邮箱 .....     | 161 |
| 7.2.3 | 查看与回复邮件 .....      | 162 |
| 7.2.4 | 发送普通邮件 .....       | 163 |
| 7.2.5 | 发送带有附件的邮件 .....    | 163 |
| 7.2.6 | 删除电子邮件 .....       | 164 |
| 7.3   | 使用 QQ 进行聊天 .....   | 165 |
| 7.3.1 | 安装 QQ .....        | 165 |
| 7.3.2 | 申请 QQ 号码 .....     | 167 |
| 7.3.3 | 设置 QQ 个人资料 .....   | 168 |
| 7.3.4 | 查找与添加 QQ 好友 .....  | 171 |
| 7.3.5 | 使用 QQ 进行文字聊天 ..... | 172 |
| 7.3.6 | 使用 QQ 传送文件 .....   | 173 |
| 7.4   | 使用微博 .....         | 173 |
| 7.4.1 | 开通微博 .....         | 174 |
| 7.4.2 | 登录微博 .....         | 175 |
| 7.4.3 | 发布微博 .....         | 176 |
| 7.4.4 | 转发微博 .....         | 176 |

## 第 8 章 体验多媒体和娱乐功能 ..... 177

|       |                         |     |
|-------|-------------------------|-----|
| 8.1   | 倾听音乐 .....              | 178 |
| 8.1.1 | 通过网址导航倾听音乐 .....        | 178 |
| 8.1.2 | 通过百度 MP3 倾听音乐 .....     | 179 |
| 8.1.3 | 通过九天音乐网倾听音乐 .....       | 180 |
| 8.1.4 | 通过酷狗下载并倾听音乐 .....       | 181 |
| 8.1.5 | 通过 QQ 音乐倾听音乐 .....      | 182 |
| 8.1.6 | 通过酷我音乐盒倾听音乐 .....       | 184 |
| 8.2   | 观看电影 .....              | 185 |
| 8.2.1 | 通过网址导航在线观看电影 .....      | 185 |
| 8.2.2 | 通过优酷网在线观看电影 .....       | 186 |
| 8.2.3 | 通过土豆网在线观看电影 .....       | 187 |
| 8.2.4 | 通过酷 6 网在线观看电影 .....     | 187 |
| 8.2.5 | 通过皮皮下载并观看电影 .....       | 188 |
| 8.2.6 | 通过快播下载并观看电影 .....       | 189 |
| 8.2.7 | 通过迅雷看看下载并观看电影 .....     | 191 |
| 8.2.8 | 通过 PPTV 下载并观看电影 .....   | 191 |
| 8.2.9 | 通过 QQLive 下载并观看电影 ..... | 192 |

|                                    |            |
|------------------------------------|------------|
| 8.3 网上购物 .....                     | 193        |
| 8.3.1 淘宝网 .....                    | 194        |
| 8.3.2 当当网 .....                    | 195        |
| 8.3.3 卓越亚马逊网 .....                 | 198        |
| 8.3.4 京东商城网 .....                  | 198        |
| 8.4 玩转网络游戏 .....                   | 199        |
| 8.4.1 QQ 游戏 .....                  | 199        |
| 8.4.2 植物大战僵尸 .....                 | 202        |
| 8.5 玩转系统自带的游戏 .....                | 203        |
| 8.5.1 扫雷 .....                     | 203        |
| 8.5.2 纸牌 .....                     | 205        |
| 8.5.3 蜘蛛纸牌 .....                   | 207        |
| 8.5.4 空当接龙 .....                   | 208        |
| 8.5.5 红心大战 .....                   | 209        |
| <b>第 9 章 使用 Office 办公软件 .....</b>  | <b>213</b> |
| 9.1 使用 Word 2010 图文排版 .....        | 214        |
| 9.1.1 新建文档 .....                   | 214        |
| 9.1.2 打开文档 .....                   | 214        |
| 9.1.3 插入表格 .....                   | 215        |
| 9.1.4 设置特殊版式 .....                 | 216        |
| 9.1.5 输入并编辑文本 .....                | 219        |
| 9.1.6 插入图片和艺术字 .....               | 220        |
| 9.1.7 设置段落格式 .....                 | 223        |
| 9.1.8 设置字体格式 .....                 | 226        |
| 9.2 使用 Excel 2010 制作表格 .....       | 227        |
| 9.2.1 新建工作簿 .....                  | 227        |
| 9.2.2 新建工作表 .....                  | 228        |
| 9.2.3 输入表格的数据 .....                | 229        |
| 9.2.4 设置表格的格式 .....                | 230        |
| 9.3 使用 PowerPoint 2010 制作幻灯片 ..... | 235        |
| 9.3.1 新建演示文稿 .....                 | 235        |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 9.3.2 打开演示文稿 .....    | 236 |
| 9.3.3 插入文字 .....      | 237 |
| 9.3.4 插入图片 .....      | 238 |
| 9.3.5 插入形状 .....      | 239 |
| 9.3.6 设置幻灯片背景 .....   | 241 |
| 9.3.7 制作幻灯片动画效果 ..... | 242 |
| 9.3.8 放映幻灯片 .....     | 243 |

## 第 10 章 安装与使用常见外设.....245

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 10.1 使用存储设备 .....        | 246 |
| 10.1.1 U 盘 .....         | 246 |
| 10.1.2 读卡器 .....         | 248 |
| 10.1.3 移动硬盘 .....        | 249 |
| 10.2 使用办公设备 .....        | 251 |
| 10.2.1 打印机 .....         | 251 |
| 10.2.2 扫描仪 .....         | 255 |
| 10.2.3 投影仪 .....         | 260 |
| 10.3 使用数码设备 .....        | 261 |
| 10.3.1 手机 .....          | 261 |
| 10.3.2 数码相机 .....        | 264 |
| 10.3.3 数码摄像头 .....       | 266 |
| 10.3.4 数码摄像机 .....       | 266 |
| 10.3.5 MP3、MP4、MP5 ..... | 268 |
| 10.3.6 电视盒 .....         | 270 |
| 10.3.7 数字电视棒 .....       | 270 |
| 10.3.8 高清液晶电视 .....      | 271 |
| 10.4 使用其他外部设备 .....      | 271 |
| 10.4.1 外接键盘和鼠标 .....     | 271 |
| 10.4.2 蓝牙设备 .....        | 271 |
| 10.4.3 红外线设备 .....       | 271 |
| 10.4.4 外接音箱和麦克风 .....    | 272 |

## 优化维护篇

|                                |            |
|--------------------------------|------------|
| <b>第 11 章 设置与优化笔记本电脑 .....</b> | <b>275</b> |
| 11.1 优化笔记本电脑系统 .....           | 276        |
| 11.1.1 关闭不明进程 .....            | 276        |
| 11.1.2 管理后台服务 .....            | 277        |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 11.1.3 设置虚拟内存 ..... | 278 |
| 11.1.4 优化开机速度 ..... | 279 |
| 11.1.5 优化关机速度 ..... | 280 |
| 11.1.6 关闭自动更新 ..... | 282 |
| 11.1.7 启用系统休眠 ..... | 283 |

|               |                         |            |
|---------------|-------------------------|------------|
| 11.1.8        | 关闭远程桌面 .....            | 284        |
| 11.2          | 优化笔记本电脑磁盘 .....         | 284        |
| 11.2.1        | 清理磁盘 .....              | 284        |
| 11.2.2        | 检查磁盘 .....              | 286        |
| 11.2.3        | 清理磁盘碎片 .....            | 287        |
| 11.2.4        | 优化磁盘读写速度 .....          | 288        |
| 11.3          | 使用 Windows 优化大师 .....   | 289        |
| 11.3.1        | 优化网络速度 .....            | 289        |
| 11.3.2        | 优化磁盘缓存 .....            | 290        |
| 11.3.3        | 优化文件系统 .....            | 291        |
| 11.3.4        | 清理垃圾文件 .....            | 292        |
| 11.3.5        | 清理注册表 .....             | 293        |
| 11.4          | 优化注册表 .....             | 294        |
| 11.4.1        | 加快菜单显示速度 .....          | 294        |
| 11.4.2        | 加快窗口显示速度 .....          | 295        |
| 11.4.3        | 加快程序运行的速度 .....         | 295        |
| 11.4.4        | 缩短程序出错等待的响应时间 .....     | 297        |
| 11.5          | 优化笔记本电脑硬件 .....         | 297        |
| 11.5.1        | 优化显卡 .....              | 297        |
| 11.5.2        | 优化 CPU .....            | 297        |
| <b>第 12 章</b> | <b>笔记本电脑安全与防护 .....</b> | <b>299</b> |
| 12.1          | 笔记本电脑防盗措施 .....         | 300        |
| 12.1.1        | 使用保险箱 .....             | 300        |
| 12.1.2        | 使用防盗锁 .....             | 300        |
| 12.1.3        | 使用防盗栓 .....             | 301        |
| 12.1.4        | 使用指纹锁 .....             | 301        |
| 12.1.5        | 使用智能追踪 .....            | 301        |
| 12.1.6        | 使用安全智能卡 .....           | 302        |
| 12.2          | 防护笔记本电脑系统安全 .....       | 302        |
| 12.2.1        | 设置系统启动密码 .....          | 302        |
| 12.2.2        | 设置系统登录密码 .....          | 303        |
| 12.2.3        | 设置 BIOS 开机密码 .....      | 304        |
| 12.2.4        | 禁用注册表编辑器 .....          | 305        |
| 12.2.5        | 关闭来宾账户 .....            | 306        |
| 12.2.6        | 禁止远程修改注册表 .....         | 307        |
| 12.2.7        | 禁止病毒启动服务 .....          | 308        |
| 12.3          | 加密笔记本电脑数据 .....         | 310        |
| 12.3.1        | 加密压缩文件 .....            | 310        |

|               |                             |            |
|---------------|-----------------------------|------------|
| 12.3.2        | 加密文件夹 .....                 | 311        |
| 12.3.3        | 备份密钥 .....                  | 312        |
| 12.3.4        | 导入密钥 .....                  | 314        |
| 12.3.5        | 隐藏磁盘分区 .....                | 315        |
| 12.3.6        | 使用加密软件加密 .....              | 316        |
| <b>第 13 章</b> | <b>笔记本电脑维护与更新 .....</b>     | <b>319</b> |
| 13.1          | 使用 360 安全卫士维护电脑 .....       | 320        |
| 13.1.1        | 安装 360 安全卫士 .....           | 320        |
| 13.1.2        | 查杀木马程序 .....                | 321        |
| 13.1.3        | 修复系统漏洞 .....                | 323        |
| 13.1.4        | 修复 IE 功能 .....              | 324        |
| 13.1.5        | 清理系统插件 .....                | 325        |
| 13.1.6        | 清理使用痕迹 .....                | 326        |
| 13.1.7        | 测试网络速度 .....                | 327        |
| 13.2          | 维护笔记本电脑数据 .....             | 328        |
| 13.2.1        | 备份与还原系统 .....               | 328        |
| 13.2.2        | 备份与还原驱动程序 .....             | 332        |
| 13.2.3        | 使用 FinalRecovery 修复数据 ..... | 335        |
| 13.3          | 更新笔记本电脑驱动 .....             | 336        |
| 13.3.1        | 直接更新驱动程序 .....              | 336        |
| 13.3.2        | 使用驱动精灵软件更新 .....            | 338        |
| <b>第 14 章</b> | <b>笔记本电脑保养与升级 .....</b>     | <b>341</b> |
| 14.1          | 笔记本电脑日常保养技巧 .....           | 342        |
| 14.1.1        | 注意防水 .....                  | 342        |
| 14.1.2        | 注意少用光驱 .....                | 342        |
| 14.1.3        | 注意使用环境 .....                | 342        |
| 14.1.4        | 保护液晶显示屏 .....               | 342        |
| 14.1.5        | 定期清洁笔记本电脑 .....             | 342        |
| 14.1.6        | 保持良好的省电习惯 .....             | 343        |
| 14.1.7        | 避免碰撞、挤压和摔伤 .....            | 343        |
| 14.1.8        | 笔记本电脑其他保养技巧 .....           | 343        |
| 14.2          | 保养笔记本电脑硬件 .....             | 343        |
| 14.2.1        | 保养外壳 .....                  | 343        |
| 14.2.2        | 保养屏幕 .....                  | 344        |
| 14.2.3        | 保养键盘 .....                  | 346        |
| 14.2.4        | 保养接口 .....                  | 346        |
| 14.2.5        | 保养光驱 .....                  | 347        |

|        |                   |     |
|--------|-------------------|-----|
| 14.2.6 | 保养硬盘 .....        | 348 |
| 14.2.7 | 保养电池 .....        | 348 |
| 14.2.8 | 保养触摸板 .....       | 349 |
| 14.3   | 升级笔记本电脑前的准备 ..... | 349 |
| 14.3.1 | 掌握升级电脑原则 .....    | 349 |
| 14.3.2 | 了解升级注意事项 .....    | 350 |

|        |                   |     |
|--------|-------------------|-----|
| 14.4   | 升级笔记本电脑硬件 .....   | 350 |
| 14.4.1 | 升级笔记本电脑内存 .....   | 350 |
| 14.4.2 | 升级笔记本电脑光驱 .....   | 350 |
| 14.4.3 | 升级笔记本电脑硬盘 .....   | 351 |
| 14.4.4 | 升级笔记本电脑 CPU ..... | 351 |
| 14.4.5 | 升级笔记本电脑声卡 .....   | 352 |

## 故障排除篇

### 第 15 章 排除笔记本电脑软件故障 .....355

|        |                    |     |
|--------|--------------------|-----|
| 15.1   | 笔记本电脑故障的分析 .....   | 356 |
| 15.1.1 | 笔记本电脑常见故障 .....    | 356 |
| 15.1.2 | 引发笔记本电脑故障原因 .....  | 356 |
| 15.2   | 笔记本电脑故障的检测方法 ..... | 357 |
| 15.2.1 | 比较法 .....          | 357 |
| 15.2.2 | 清洁法 .....          | 357 |
| 15.2.3 | 替换法 .....          | 357 |
| 15.2.4 | 观察法 .....          | 357 |
| 15.2.5 | 插拔法 .....          | 358 |
| 15.2.6 | 最小系统法 .....        | 358 |
| 15.2.7 | 软件检查法 .....        | 358 |
| 15.2.8 | 安全模式法 .....        | 358 |
| 15.3   | 操作系统故障的排除 .....    | 359 |
| 15.3.1 | 排除系统开机故障 .....     | 359 |
| 15.3.2 | 排除系统运行故障 .....     | 362 |
| 15.3.3 | 排除系统关机故障 .....     | 366 |
| 15.3.4 | 排除系统注册表故障 .....    | 367 |
| 15.4   | 常用软件故障的排除 .....    | 369 |
| 15.4.1 | 排除输入法故障 .....      | 370 |
| 15.4.2 | 排除视频软件故障 .....     | 371 |
| 15.4.3 | 排除音频软件故障 .....     | 372 |
| 15.4.4 | 排除工具软件故障 .....     | 373 |
| 15.4.5 | 排除办公软件故障 .....     | 374 |

### 第 16 章 排除笔记本电脑网络故障 .....377

|        |                   |     |
|--------|-------------------|-----|
| 16.1   | 网上冲浪故障的排除 .....   | 378 |
| 16.1.1 | 无法修改 IE 主页 .....  | 378 |
| 16.1.2 | IE 主页无法正常使用 ..... | 378 |
| 16.1.3 | 鼠标右键被禁用 .....     | 379 |

|        |                     |     |
|--------|---------------------|-----|
| 16.1.4 | 页面字体无法调节 .....      | 380 |
| 16.1.5 | 搜索到的网页无法打开 .....    | 380 |
| 16.1.6 | 网页图片无法显示 .....      | 381 |
| 16.2   | 网络聊天故障的排除 .....     | 381 |
| 16.2.1 | QQ 不能登录 .....       | 381 |
| 16.2.2 | 无法添加好友 .....        | 381 |
| 16.2.3 | QQ 空间无法播放音乐 .....   | 381 |
| 16.2.4 | 登录 MSN 时提示错误 .....  | 381 |
| 16.2.5 | 升级 MSN 后出现故障 .....  | 382 |
| 16.2.6 | 不能发送表情 .....        | 382 |
| 16.3   | 网络下载故障的排除 .....     | 382 |
| 16.3.1 | 无法正常下载 .....        | 383 |
| 16.3.2 | 无法安装迅雷 .....        | 383 |
| 16.3.3 | 如何设置代理服务器 .....     | 383 |
| 16.3.4 | 下载完成后无提示 .....      | 385 |
| 16.3.5 | 文件下载后无法打开 .....     | 385 |
| 16.3.6 | 设置每次只下载一个文件 .....   | 385 |
| 16.4   | 局域网故障的排除 .....      | 386 |
| 16.4.1 | 无法打开“网络”窗口 .....    | 386 |
| 16.4.2 | 局域网中的电脑不能互相访问 ..... | 386 |
| 16.4.3 | 提示“网络资源不足” .....    | 386 |
| 16.4.4 | 局域网网络无法访问 .....     | 387 |
| 16.4.5 | 用路由器无法自动联机上网 .....  | 387 |
| 16.4.6 | 无法访问“网络”窗口中资源 ..... | 387 |
| 16.4.7 | 无线局域网频繁掉线 .....     | 388 |
| 16.4.8 | 无线局域网信号干扰故障 .....   | 388 |
| 16.5   | 安全防护故障的排除 .....     | 389 |
| 16.5.1 | 修改 TTL 值 .....      | 389 |
| 16.5.2 | 防治邮件病毒 .....        | 389 |
| 16.5.3 | 防治 QQ 尾巴病毒 .....    | 390 |
| 16.5.4 | 关闭 Server 服务 .....  | 390 |



|                                 |            |                              |     |
|---------------------------------|------------|------------------------------|-----|
| 16.5.5 禁止“空连接” .....            | 391        | 17.3 硬盘故障的排除 .....           | 399 |
| 16.5.6 关闭系统默认共享 .....           | 392        | 17.3.1 硬盘故障产生的原因 .....       | 400 |
| 16.5.7 防范 U 盘病毒 .....           | 392        | 17.3.2 硬盘故障的处理方法 .....       | 400 |
| 16.5.8 禁止系统默认共享恢复 .....         | 393        | 17.3.3 硬盘碎片过多导致系统死机 .....    | 401 |
| 16.5.9 Autorun.inf 文件被改写 .....  | 394        | 17.3.4 硬盘无法引导系统 .....        | 402 |
| <b>第 17 章 排除笔记本电脑硬件故障 .....</b> | <b>395</b> | 17.3.5 不能进行磁盘清理操作 .....      | 402 |
| 17.1 CPU 故障的排除 .....            | 396        | 17.3.6 提高硬盘的检测进度 .....       | 402 |
| 17.1.1 CPU 故障的常见原因 .....        | 396        | 17.3.7 开机后找不到硬盘 .....        | 402 |
| 17.1.2 CPU 接触不良 .....           | 396        | 17.3.8 硬盘在使用过程中经常死机或停转 ..... | 403 |
| 17.1.3 CPU 风扇转速异常 .....         | 396        | 17.4 电池故障的排除 .....           | 403 |
| 17.1.4 CPU 风扇安装不到位导致死机 .....    | 396        | 17.4.1 电池损坏的原因 .....         | 403 |
| 17.1.5 CPU 风扇安装不到位导致死机 .....    | 397        | 17.4.2 使用电池时会突然断电 .....      | 403 |
| 17.1.6 CPU 损坏引起频繁重启 .....       | 397        | 17.4.3 电池充满后使用时间很短 .....     | 403 |
| 17.1.7 CPU 资源占用 100% .....      | 397        | 17.4.4 电池无法正常充电 .....        | 403 |
| 17.1.8 更换 CPU 后频繁死机 .....       | 397        | 17.4.5 电池充满电后无法开机使用 .....    | 403 |
| 17.2 主板故障的排除 .....              | 398        | 17.4.6 电池需要很长时间才能充满 .....    | 404 |
| 17.2.1 主板故障产生的原因 .....          | 398        | 17.5 其他硬件故障的排除 .....         | 404 |
| 17.2.2 主板受潮导致蓝屏死机 .....         | 398        | 17.5.1 排除显卡故障 .....          | 404 |
| 17.2.3 主板进水导致无法开机 .....         | 398        | 17.5.2 排除光驱故障 .....          | 404 |
| 17.2.4 安装主板驱动时死机 .....          | 399        | 17.5.3 排除内存故障 .....          | 405 |
| 17.2.5 系统时间总是变慢 .....           | 399        | 17.5.4 排除鼠标故障 .....          | 406 |
| 17.2.6 主板接口损坏导致屏幕变暗 .....       | 399        | 17.5.5 排除键盘故障 .....          | 408 |
| 17.2.7 进入 CMOS 设置时死机 .....      | 399        | 17.5.6 排除触摸板故障 .....         | 408 |
| 17.2.8 主板无法识别 USB 硬盘 .....      | 399        |                              |     |

# 基础入门篇