

计算机操作

实用教程

谢广乔 李素玲 主编



当代世界出版社

计算机操作实用教程

谢广乔 李素玲 主编

当代世界出版社

责任编辑 丁 云 刘 芳

封面设计 孙超英

版式设计 尹 植

图书在版编目(CIP)数据

计算机操作实用教程/谢广乔、李素玲主编. —北京：
当代世界出版社, 2000. 4
ISBN 7-80115-316-2

I . 计… II . ①谢… ②李… III . 电子计算机-教材
N . TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 06386 号

当代世界出版社出版发行

(北京市复兴路 4 号 邮编:100860)

北京市金红发印刷厂印刷 新华书店经销

开本: 787×1092 毫米 1/16 印张: 15 字数: 340 千字

2000 年 3 月第 1 版 2001 年 10 月第 3 次印刷

印数: 177000 册 定价: 17.60 元

ISBN 7-80115-316-2/T · 2

说 明

面对知识经济浪潮的冲击，为适应社会主义现代化建设发展的需要，掌握现代化办公手段，提高工作效率，我们为本科班和领导干部班组织编写了《计算机操作实用教程》这本教材。

全书主要介绍 Windows 95、Word 97 和国际互联网的基本知识和使用方法。书中叙述力求简明扼要，通俗易懂，注重操作性。参加编写的人员有：姚志红（第一部分），李素玲（第二部分前两章），陈俊珍（第二部分第三章），贾玉梅（第三部分）。全书由谢广乔和李素玲副教授统稿，于 1999 年 3 月编出使用，9 月又对全书进行了审改，对部分内容作了调整。书中如有不妥之处，敬请广大教师和读者批评指正，以便进一步修订。

当代世界出版社
中共中央党校函授学院

2000 年 3 月

前　　言

站在世纪之交的门槛上，面对知识经济浪潮的冲击，人们主动也好，被动也罢，总之，必须面对计算机的挑战。在较短的时间内了解计算机知识，进而熟练使用计算机是至关重要的，因为，计算机已经对人类社会的方方面面产生了巨大的影响，并且这种影响将日益深远。

随着计算机及网络知识的普及和发展，计算机不仅涌向科研机关、军事系统和工矿企业，同时也悄悄地走进办公室、教室和家庭，成为人们工作和日常生活中必不可少的基本工具。作为非计算机专业人员的一般用户，花费巨大的精力和宝贵的时间去深入研究这些技术，既无可能，更无必要。如何最迅速、最便捷地获得相关知识，并为我所用，成为广大学员十分关心并期盼解决的实际问题。

正是基于此，我们继《微机操作基础》之后，推出这本《计算机操作实用教程》。本书既注重知识的整体性、系统性，同时又提供简单、可视化信息，使你通过大量的图解、示例和简要的文字说明，迅速、高效地完成学习任务，并从中体验到无穷的乐趣。

为了方便读者阅读和使用，我们将全书分为三大部分：

第一部分，操作系统：Windows 95，着重介绍计算机操作系统的基本知识、基本使用方法和基本功能特点。包括 Windows 95 的基本概念与操作、计算机文件管理、计算机软、硬件安装、计算机设置以及相关的 Windows 95 网络知识。

第二部分，文字处理：Word 97，主要从实用的角度介绍了广为流行的文字处理软件的基本知识、基本功能和使用技巧，包括汉字的输入方法、文件的创建、编辑修改、格式编排、图表处理及打印输出等。

第三部分，国际互联：Internet，针对计算机领域最大热点之一的国际互联网，介绍互联网基本概念、基本服务以及网上冲浪基本知识和技巧，主要包括网络基本工作原理、连入 Internet 的具体操作以及 Internet 的重要工具等。

本书三大部分既相对独立、自成体系，同时又兼顾了知识的系统性、相互连贯性。教学人员可按学时的多少和教学内容的需要安排取舍或全部采用。

在学习过程中，学员要有良好的心理准备，既要认真对待，又不要产生畏难情绪，计算机技术虽然是高新技术，但随着软、硬件技术的发展，界面友好、操作简便的软件相继展现在我们面前，使得计算机知识的掌握日趋简易，因此学习操作和使用并不难。另外，学习时要注意方式方法，要注重在实践中学习，尽量结合工作和日常生活所需，多整理知识，多上机操作，做到勤练、勤动手、勤动脑和勤于思考。勿急勿躁，反复实践，相信读者会收到良好的学习效果。

由于编者水平所限，错误和不妥之处在所难免，谨请读者批评指正。

编 者
1999 年 3 月

目 录

第一部分 操作系统：Windows 95

第一章 Windows 95 的安装、启动和退出	2
§ 1.1 安装 Windows 95 需要的硬件环境	2
§ 1.2 Windows 95 的安装和启动	2
1.2.1 Windows 95 的安装步骤	3
1.2.2 重新安装 Windows 95	3
1.2.3 在 Windows 3.X 下安装 Windows 95	4
1.2.4 部分安装或删除 Windows 95 组件	5
§ 1.3 Windows 95 的退出	5
第二章 Windows 95 的基本概念和基本操作	7
§ 2.1 鼠标器和键盘的基本操作	7
2.1.1 键盘的基本操作	7
2.1.2 鼠标器的基本操作	7
§ 2.2 文件夹	9
§ 2.3 桌面	10
2.3.1 桌面介绍	10
2.3.2 桌面的操作	11
§ 2.4 开始菜单	12
2.4.1 开始菜单介绍	12
2.4.2 开始菜单的操作	12
§ 2.5 任务栏	15
2.5.1 任务栏介绍	15
2.5.2 任务栏的操作	16
§ 2.6 窗口	17
2.6.1 窗口介绍	17
2.6.2 窗口的操作	18
§ 2.7 菜单	19
2.7.1 菜单介绍	19
2.7.2 菜单的操作	20

§ 2.8 对话框	22
2.8.1 对话框介绍	22
2.8.2 对话框的操作	23
第三章 文件管理	25
§ 3.1 打开最近使用过的文档	25
§ 3.2 查找文件及文件夹	26
3.2.1 Windows 95 的存储结构	26
3.2.2 查找工具及命令	27
3.2.3 使用“我的电脑”查找文件及文件夹	28
3.2.4 使用“资源管理器”查找文件及文件夹	29
3.2.5 使用“开始”菜单中的“查找”命令查找文件及文件夹	30
§ 3.3 管理文件及文件夹	31
3.3.1 创建新文件夹	31
3.3.2 文件及文件夹的命名	32
3.3.3 重命名文件及文件夹	33
3.3.4 指定要处理的文件及文件夹	33
3.3.5 移动和复制文件及文件夹	33
3.3.6 删除和恢复删除文件及文件夹	36
第四章 更改计算机的设置	38
§ 4.1 打开“控制面板”	38
§ 4.2 安装/删除应用程序	39
4.2.1 安装/卸载应用程序	39
4.2.2 安装/删除 Windows 组件	40
4.2.3 创建启动盘	41
§ 4.3 安装新硬件	42
§ 4.4 管理系统硬件设备	43
4.4.1 查看并修改设备的属性	44
4.4.2 删除旧设备	46
§ 4.5 更改显示器设置	46
4.5.1 更改显示器的背景设置	47
4.5.2 更改显示器的屏幕保护程序	47
4.5.3 更改显示器的其它设置	48
§ 4.6 安装/管理打印机	49
4.6.1 安装打印机	49
4.6.2 管理打印作业	50
4.6.3 正确设置打印机	51
第五章 Windows 95 网络	53
§ 5.1 计算机网络基础知识	53

5.1.1 计算机网络基本概念.....	53
5.1.2 计算机局域网络基础知识.....	56
§ 5.2 Windows 95 网络的安装与设置	58
5.2.1 安装网卡.....	59
5.2.2 安装网络软件.....	60
5.2.3 为计算机命名.....	61
5.2.4 确定访问控制方式.....	62
§ 5.3 设置共享资源	62
5.3.1 设置共享文件夹.....	63
5.3.2 设置共享打印机.....	64
§ 5.4 利用共享资源	65
5.4.1 访问网络中的计算机或共享文件夹.....	65
5.4.2 为网络中的计算机或文件夹创建快捷方式.....	67
5.4.3 映射网络驱动器.....	67
5.4.4 使用网络中的打印机.....	67
5.4.5 映射打印端口.....	68
5.4.6 查找网络资源.....	68

第二部分 文字处理 Word 97

第一章 Word 97 基础知识	70
§ 1.1 中文 Word 工作环境	70
1.1.1 启动 Word	70
1.1.2 Word 97 的屏幕组成	71
1.1.3 Word 命令的使用	73
1.1.4 退出 Word	75
§ 1.2 创建文档	76
1.2.1 建立新文档.....	76
1.2.2 文档输入方法.....	76
1.2.3 简单的修改.....	80
1.2.4 保存关闭文档.....	82
§ 1.3 编辑文档	83
1.3.1 打开文档.....	83
1.3.2 选择编辑位置.....	85
1.3.3 编辑文档.....	86
§ 1.4 打印文档	90
1.4.1 打印整个文档内容.....	90
1.4.2 打印文档中选择的部分内容.....	90
1.4.3 打印文档预览.....	91

第二章 文档编辑技巧	94
§ 2.1 查找与替换	94
2.1.1 查找文本和格式	94
2.1.2 替换文本	96
§ 2.2 修饰文档	97
2.2.1 字型与字体的设置	97
2.2.2 设置字符间隔距离	101
2.2.3 输入技巧	103
§ 2.3 编排段落格式	104
2.3.1 段落的缩进	104
2.3.2 设置段落间的距离	106
2.3.3 设置段落内文本的对齐方式	107
2.3.4 利用“段落”对话框修饰段落	108
§ 2.4 编排页面格式	110
2.4.1 调整页面设置	110
2.4.2 分页控制	114
2.4.3 添加页眉、页脚	114
§ 2.5 其他技巧	116
2.5.1 自动保存文档	116
2.5.2 优化工具栏	117
2.5.3 文档视图	119
第三章 Word 使用技巧	122
§ 3.1 表格	122
3.1.1 创建表格	122
3.1.2 编辑表格	125
3.1.3 修改表格	126
3.1.4 编排表格格式	128
3.1.5 对表格内容排序和求和	128
§ 3.2 插入图片、使用图文框和图表	130
3.2.1 插入图片	130
3.2.2 使用图文框	134
3.2.3 使用图表	135
§ 3.3 绘图	139
3.3.1 绘制图形对象	139
3.3.2 处理图形对象	141
3.3.3 插入艺术字	143
3.3.4 综合示例	145
附录一：Word 常用菜单命令及其介绍	146

第三部分 国际互联网 Internet

第一章 Internet 概述	154
§ 1.1 Internet 的概念	154
§ 1.2 Internet 的发展史及现状	155
§ 1.3 Internet 在中国的发展	156
§ 1.4 Internet 提供的服务	156
第二章 Internet 基本工作原理	158
§ 2.1 Internet 实现通信的核心技术	158
2.1.1 Internet 是一个分组交换系统	158
2.1.2 路由器是 Internet 实现网络互连的关键部件	159
2.1.3 Internet 的核心协议——TCP/IP	159
2.1.4 Internet 服务的客户机/服务器模式	161
§ 2.2 Internet 的地址和域名管理	162
2.2.1 IP 地址的结构及分类	162
2.2.2 Internet 域名管理	163
第三章 连入 Internet 的具体操作	166
§ 3.1 连入 Internet 方式的分类	166
3.1.1 电话拨号方式下的终端仿真访问	168
3.1.2 电话拨号方式下的 TCP/IP 协议访问	169
§ 3.2 电话拨号连接方式的硬件配置	170
3.2.1 计算机的配置要求	170
3.2.2 Modem 的选择与安装	171
§ 3.3 PC 用户办理连入 Internet 的手续	172
3.3.1 选择 Internet 服务提供者 (ISP)	172
§ 3.4 Windows 95 环境下，连入 Internet 的软件安装及配置	174
3.4.1 安装 MODEM 的驱动程序和设置	174
3.4.2 安装并配置拨号网络	176
3.4.3 安装拨号网络适配器	179
3.4.4 安装并配置 TCP/IP 协议	179
§ 3.5 Windows 95 环境下，连入 Internet 的步骤	181
§ 3.6 Internet 应用软件——Microsoft Internet Explorer 4.0 简介及安装	182
第四章 Internet 的几个重要工具	185
§ 4.1 电子邮件 (E-mail)	185
4.1.1 电子邮件概述	185

4.1.2 电子邮件的传送过程与 SMTP 协议	186
4.1.3 电子邮件的格式及地址	187
4.1.4 收发 E-MAIL 的软件工具及使用方法	188
4.1.5 免费 E-MAIL 站点介绍	189
§ 4.2 Internet 新闻组 (Newsgroup)	190
4.2.1 新闻组系统的组成	190
4.2.2 在 IE4 中加入新闻讨论组	192
4.2.3 在万维网中加入新闻讨论组	193
§ 4.3 远程登录 (Telnet)	193
4.3.1 远程登录 (Telnet) 简介	193
4.3.2 远程登录的工具软件	194
§ 4.4 文件传送 (FTP)	195
4.4.1 文件传送 (FTP) 的概念及其工作原理	195
4.4.2 FTP 协议使用的一般步骤和界面	197
§ 4.5 万维网 (WWW)	198
4.5.1 万维网 (WWW) 的起源、特点和发展	198
4.5.2 万维网 (WWW) 的基本工作原理	199
4.5.3 万维网 (WWW) 的应用	201
第五章 WWW 浏览器简介	204
§ 5.1 IE4 软件包	204
5.1.1 IE4 软件包主界面概览	204
5.1.2 通过 IE4 进行网页浏览	206
5.1.3 利用历史记录和收藏夹	206
5.1.4 保存需要的内容	207
5.1.5 IE4 的设置	207
5.1.6 阅读网上中文	208
§ 5.2 Netscape Communicator 4 软件包	209
第六章 Internet 的其他应用工具及使用技巧	211
§ 6.1 Internet 搜索工具	211
§ 6.2 上网打电话	213
§ 6.3 网络广播技术	213
§ 6.4 视讯会议	214
§ 6.5 网络商业	214
§ 6.6 虚拟现实	215
§ 6.7 在线游戏	216
第七章 Internet 主页制作及发布	217
§ 7.1 HTML 语言简介	217

§ 7.2 创建主页	218
§ 7.3 通过 WWW 服务器发布主页	219
7.3.1 发布主页的一般方法	219
7.3.2 Internet 上提供免费存放主页的站点	220
附录二：国内外热门站点精选	221
附录三：国内部分 ISP — Internet 服务商介绍	224

第一部分 操作系统:Windows 95

完整的计算机系统应包括硬件和软件两大部分，其中软件是硬件的灵魂，一台没有装入任何软件的计算机，纵然有惊人的“记忆力”和运算速度，也好比是废铁一堆，发挥不了任何作用。

计算机软件，又分为系统软件和应用软件。操作系统是系统软件的核心，是一套控制和管理计算机的软硬件资源和数据资源的大型程序系统。它主要有两大作用：一是为用户操作计算机提供方便。它在人与机器之间充当“翻译”，人和机器可以各用各的“语言”而彼此能相互理解。二是管理整个计算机系统，提高软硬件资源的利用效率。计算机的所有硬件设备和应用软件，对用户来说都是非常宝贵的资源，跟其它资源一样，我们在使用计算机资源的时候也要讲求效率。操作系统可以代替人对这些资源进行有效而合理的管理，把各种资源在最佳的时刻分配到最需要它的地方。

Windows 95 是微软 (Microsoft) 公司继 MS—DOS、Windows 3.X 之后推出的新一代操作系统，它在 Windows 3.X 版本的基础上做了大量改进，集操作系统、硬件规范、多媒体、网络、通信、移动计算和娱乐功能于一身，给 PC 世界带来了软件开发技术的革命。Windows 95 是一个真正 32 位的单用户多任务操作系统，大大提高了内存管理能力和高速缓存的效率，提供了完全图形化的友好的用户界面，能自动识别和配置即插即用的硬件。此外，它还在“附件”中提供了大量的实用程序，包括收发电子邮件和传真、提供上网和联机服务、多媒体、写字板、画图以及进行系统维护的工具软件等等，使计算机真正成为用户的得力助手。

本部分将为大家介绍 Windows 95 的安装、启动和退出，Windows 95 中常用的基本概念、基本操作，如何利用 Windows 95 管理用户文件，如何更改计算机系统的设置，计算机网络的基础知识以及 Windows 95 提供的网络功能等等。希望大家通过学习本部分内容，能对 Windows 95 的特性、功能有一个较全面的了解，能熟练掌握 Windows 95 中常用的基本概念、基本操作和使用技巧，能解决使用过程中遇到的一些常见故障，最终达到利用计算机为您的日常工作、生活、学习服务的目的。

第一章 Windows 95 的安装、启动和退出

§ 1.1 安装 Windows 95 需要的硬件环境

安装 Windows 95 需要的最低硬件环境，包括

1. 中央处理机以 80486 或者 Pentium 微处理芯片为 CPU(推荐 Pentium 及其以上微处理芯片)；
2. 最少 8MB 的内存 (推荐内存为 16MB 以上)；
3. 硬盘的存储容量最少为 40MB, 实际所需的磁盘空间随所安装功能的多少而变化, 如要安装 Microsoft Exchange Inbox (收件箱) 和 Microsoft Network (微软网络世界), 还需要 20MB 的硬盘空间：
4. 一个 3.5 英寸高密软盘驱动器或者 CD—ROM 驱动器；
5. 标准 VGA 或者更高分辨率的图形显示卡；
6. 鼠标器。

以上列出的是安装 Windows 95 需要的基本设备。如果你想使用打印机打印文件, 就必须配备打印机；如果你要用计算机发送和接收电子邮件和传真，则必须配备调制解调器；如果你要与周围同事的计算机联网，就还需准备网卡和安装相应软件的额外的硬盘空间。总之，不同的功能需要不同软硬件资源的支持，为充分发挥 Windows 95 管理计算机软硬件资源的效率和潜能，在条件允许的情况下，建议你尽可能地选用高速的赛扬、PⅢ 或 PⅣ 微处理芯片、64MB 甚至更高的内存、8GB 甚至更大容量的硬盘空间以及更全面的外部设备。

§ 1.2 Windows 95 的安装和启动

目前市场上出售的微机，一般都预装了 Windows 95，用户只需把计算机买回家，接通电源，打开电源开关，Windows 95 就会自动启动，根本无需安装。那么，这里为什么还要讲 Windows 95 的安装呢？主要有以下三方面的原因：

1. 由于病毒感染、硬件故障等原因，计算机中预装的 Windows 95 完全瘫痪，必须重新安装才能使用；
2. 有些用户的计算机是以前购置的，只安装了 Windows 3.X，想升级到 Windows 95；
3. Windows 95 包含多个附加组件，如 Microsoft 传真、附件、磁盘工具、多媒体、通讯等等，对某个特定的用户而言，有的组件是必须的，有的组件则可能毫无用处。因此，用

户希望能够部分地安装那些必须安装的组件，或部分地删除那些用处不大的组件。

因此，介绍 Windows 95 的安装知识不仅需要而且非常必要。下面，首先为大家介绍 Windows 95 安装过程中的一些通用知识。

1.2.1 Windows 95 的安装步骤

Windows 95 有软盘版和光盘版两种，无论在哪种情况下安装 Windows 95，都是由软盘或光盘中的 Setup 程序来完成的。安装开始后，Setup 程序会自动完成下述功能：

1. 检测硬件设备

在 Windows 95 安装的开始阶段，Setup 把整个计算机当作许多不同设备的集合，逐个辨识所有的设备，并用拷贝到硬盘中的文件来执行这些硬件设备所要求的安装过程。例如，如果 Setup 程序发现计算机配备有调制解调器（Modem），它就会启动一个安装引导程序（Wizard），引导用户安装能为 Windows 95 所用的调制解调器（Modem）。

2. 提示用户选择安装类型

在 Windows 95 的安装过程中，系统会提示用户选择安装类型，有典型安装、便携安装、最小安装和选择安装四种。

(1) 典型安装（The Typical Setup）：安装 Windows 95 的标准组件，省去网络或通信的有关选项。一般情况下，用户都选择这种安装类型。

(2) 便携安装（The Portable Setup）：只安装适用于便携机（如笔记本电脑）的组件。

(3) 最小安装（The Compact Setup）：只安装运行 Windows 95 所必需的基本文件。这种安装类型适用于硬盘空间有限的计算机。

(4) 选择安装（The Custom Setup）：允许用户选择个人需要的安装组件。这种安装类型适用于计算机应用水平较高的用户，要求用户对 Windows 95 中每一组件的功能有较全面的了解。

3. 将软盘或光盘中的 Windows 95 程序（文件）拷贝到计算机的硬盘中

4. 重新启动计算机，并配置 Windows 95

在安装过程的最后，Windows 95 将提示用户在完成安装前应该重新启动计算机，以便使 Windows 95 对计算机的配置生效。

此外，在安装过程中，Setup 程序将自动生成：

(1) 引导盘上的 Setup Log（安装记录）

(2) Detection Crash Recovery Log（检测故障恢复记录）或 DETLOG.TXT 文件

(3) 紧急引导盘

以确保在 Windows 95 安装过程中出现故障时计算机系统的安全。Setup 程序用 DETLOG.TXT 文件来记录安装失败时的硬盘检测过程，一旦需要重新运行 Setup，DETLOG.TXT 文件能使用户从上次安装失败的地方开始安装，不必重复已装好的部分。

1.2.2 重新安装 Windows 95

当你的计算机由于病毒感染、硬件故障等原因，机器中预装的 Windows 95 完全瘫痪时，就需要重新安装 Windows 95。具体操作步骤如下：

- (1) 将一张干净的 MS—DOS 启动盘插入 A: 或者 B: 驱动器，重新启动计算机；
- (2) 将硬盘中所有的有用数据和文件备份出来；
- (3) 在 DOS 提示符 C:\ 下，用 Format 命令格式化硬盘；
- (4) 安装 MS—DOS (DOS 版本最好为 6.0 以上)；
- (5) 在软盘驱动器中插入 Windows 95 的安装盘，或者在光盘驱动器中插入 Windows 95 光盘，在 DOS 提示符 C:\ 下，键入软盘驱动器号或光盘驱动器号，按回车键；
- (6) 当 DOS 提示符由 C:\ 变为新驱动器号，在提示符后键入 Setup，按回车键，系统就开始执行 Setup.exe 程序，屏幕上出现如图 1.1 所示的画面。Setup 程序将按照 1.2.1 中介绍的安装步骤，引导用户一步一步地完成 Windows 95 的安装工作。在安装过程中，系统将为你介绍 Windows 95 的一些特性，你可以边安装边浏览，藉此了解 Windows 95 的特点及功能。

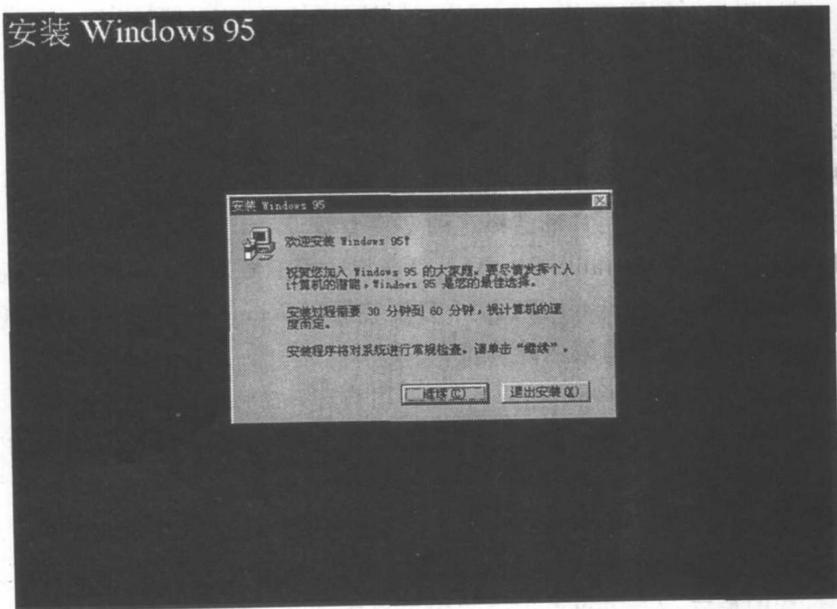


图 1.1 Windows 95 的安装

1.2.3 在 Windows 3.X 下安装 Windows 95

如果你想将计算机中原有的操作系统 Windows 3.X 升级到 Windows 95，则比重新安装要简单得多。具体操作步骤如下：

- (1) 启动 Windows 3.X；
- (2) 在软盘驱动器中插入 Windows 95 的安装盘，或者在光盘驱动器中插入 Windows 95 光盘；
- (3) 选择程序管理器中文件菜单下的“运行”子菜单，键入软盘驱动器号或光驱号，再键入 Setup.exe，单击“确定”按钮，或在文件管理器中直接双击 Windows 95 安装软盘或光盘中的 Setup.exe 程序，系统就开始执行 Setup.exe 程序，屏幕上出现如图 1.1 所示的画面。同样地，Setup 程序将引导用户一步一步地完成 Windows 95 的所有安装工作。