



从现在开始可以

- **电脑上手不求人**，电脑的选购、健康常识、日常操作、安全维护
- **打字办公不求人**，电脑打字、处理文档、制作图表、记录家庭收支
- **网上冲浪不求人**，看新闻、订报纸、查天气、下载资料、搜索信息
- **娱乐生活不求人**，玩游戏、听音乐、看视频、修照片、阅读电子书
- **看病缴费不求人**，网上挂号、专家就诊、开通网银、缴纳水电费
- **购物旅行不求人**，网上购物、查看旅行线路、预定机票、预定酒店
- **上网交友不求人**，电子邮件、打字/视频聊天、QQ空间、在线游戏

手把手**多媒体**教学 + 完全**图解**手册

中老年学电脑

完全图解自学教程

朱印宏 编著

 **1 DVD**
多媒体教学光盘

 **视频教学** ● **160集**总时长**680分钟**的手把手视频操作录像 ● 总时长**200分钟**的Windows操作系统学习录像

 **实用软件** 金山打字通软件一套，让您**48小时**即可成为打字高手
● 英文打字的学习和练习 ● 拼音打字的学习和练习 ● 五笔打字的学习和练习 ● 打字测试以及打字游戏

让您看得懂、学得会、玩得转



160集
680分钟
手把手
多媒体教学



北京希望电子出版社
Beijing Hope Electronic Press
www.bhp.com.cn



从现在开始可以

- **电脑上手不求人**，电脑的选购、健康常识、日常操作、安全维护
- **打字办公不求人**，电脑打字、处理文档、制作图表、记录家庭收支
- **网上冲浪不求人**，看新闻、订报纸、查天气、下载资料、搜索信息
- **娱乐生活不求人**，玩游戏、听音乐、看视频、修照片、阅读电子书
- **看病缴费不求人**，网上挂号、专家就诊、开通网银、缴纳水电费
- **购物旅行不求人**，网上购物、查看旅行线路、预定机票、预定酒店
- **上网交友不求人**，电子邮件、打字/视频聊天、QQ空间、在线游戏

手把手**多媒体**教学 + 完全**图解**手册

中老年学电脑

完全图解自学教程

朱印宏 编著

 **1 DVD**
多媒体教学光盘

 **视频教学** ● **160集**总时长**680分钟**的手把手视频操作录像 ● 总时长**200分钟**的Windows操作系统学习录像

 **实用软件** 金山打字通软件一套，让您**48小时**即可成为打字高手
● 英文打字的学习和练习 ● 拼音打字的学习和练习 ● 五笔打字的学习和练习 ● 打字测试以及打字游戏

让您看得懂、学得会、玩得转



160集
680分钟
手把手
多媒体教学



北京希望电子出版社
Beijing Hope Electronic Press
www.bhp.com.cn

内 容 简 介

足不出户,在电脑前轻点鼠标,就可以马上知晓天下大事;坐在家,不用去排队和逛街,就可以完成网上缴费和购物;远隔千里,却能像面对面一样与亲朋好友聊天……这些都是信息化带给人们的便利。如今电脑和网络越来越多地被人们熟知并应用,在工作、学习和生活的方方面面,开始扮演越来越重要的角色,成为人们处理工作事务、获取有用信息、查找所需资料、增加与外界联系、丰富业余生活的有力工具。可以说,有了电脑和网络,人们的生活变得更加丰富多彩,因此越来越多的中老年朋友也加入了学习电脑的行列。

本教程是专为中老年朋友开发的可以快速提升电脑应用和操作能力的实用宝典,遵循由浅入深的原则,精选了针对中老年人日常所需的各种电脑知识,真正做到从零开始学起,完全图解分析、操作步骤详尽、讲解轻松灵活,全彩印刷,图文醒目,非常适合中老年朋友阅读。

本教程DVD光盘中包括160集680分钟的多媒体教学课程,界面精致,操作方便,采用语音讲解、情景式教学、真实详细的操作演示等方式,紧密结合手册中的内容对各个知识点进行深入的讲解,并附赠有金山打字通软件和Windows学习视频教程,力求让读者一学就会,即学即用,在短时间内掌握最为实用的电脑知识,真正达到轻松进阶,学电脑不求人的效果。

本教程浅显易懂,版式美观大方,特大大字体和图示,方便阅读,适用于从未接触过电脑和刚开始学习电脑的中老年朋友们使用,可作为老年大学学习电脑的培训教材,也可作为老年朋友学习电脑的自学用书。

《中老年学电脑完全图解自学教程》由北京希望电子出版社独家发行,未经出版者书面许可,任何单位和个人不得擅自摘抄、复制光盘和本教程的部分或全部内容以任何方式进行传播。

需要技术支持的读者,请与北京清河6号信箱(邮编:100085)发行部联系,电话:010-62978181(总机)转发行部、010-82702675(邮购),传真:010-82702698, E-mail: tbd@bhp.com.cn。

责任编辑:焦昭君 / 责任校对:刘 伟

责任印刷:凯 达 / 封面设计:深度文化

北京希望电子出版社 出版

北京市海淀区上地三街9号金隅嘉华大厦C座611

邮政编码:100085

<http://www.bhp.com.cn>

北京凯达印务有限公司印刷

北京希望电子出版社发行 各地新华书店经销

*

2010年9月第1版

2010年9月第1次印刷

印数:1-4 000

开本:787mm×1092mm 1/16

印张:18.75

字数:430千字

定价:49.90元(1DVD光盘+1配套手册)

前言

● 编写目的

随着电脑融入生活的方方面面，不管是学习、工作或者娱乐都离不开电脑，它已经成为人们的好朋友、好帮手、好伴侣。年轻人似乎是电脑的忠实用户，对他们来说，电脑在工作中是最有力的工具，而在业余时间休闲娱乐也不可缺少。除了年轻人这支生力军之外，中老年朋友也越来越多地加入了学习电脑的队伍，对于他们而言，可能有更多的时间去研究、去探索新知识。

电脑对于中老年人来说也有非常重要的作用，除了作为业余爱好来了解电脑的基本知识之外，还可以接入互联网，与在外地工作和学习的子女们时常联系和沟通，通过互联网购买需要的商品或者在线炒股。总之，电脑与互联网的结合，将会使中老年朋友的生活变得更加丰富多彩。

本教程就围绕着“学会电脑、利用网络丰富生活”这个主题，从实用和易学的角度出发介绍了电脑的基本知识、操作方法以及使用技巧，力求使中老年朋友真正了解并有效利用电脑和网络。

● 选择本教程的理由

- 从零起步，内容科学、全面，所讲知识真正根据中老年人的需要设定，不浪费时间。
- 图解细致，步骤清晰，跟着操作即可完成，大字体、大图解，看书不伤眼，不累心。
- 大容量视频讲解，真的很详细、很生动，视频控制方便，多媒体界面让人玩味。
- 版式编排赏心悦目，全彩印刷，上等纸质，拿着就是一种享受。
- 赠送国内权威打字练习软件，Windows 7视频教程，让您轻松练习打字，并掌握最新的电脑操作系统。

● 学习本教程后的效果

- 会用电脑，把电脑配置得顺手，管理得服服贴贴，玩乐、健康两不误。
- 常用工具都会使，小问题随手可解，让您感觉电脑很简单，好玩的东西太多了。
- 打字不再是一个难题，其实很有趣，家庭办公会变得越来越简单。
- 轻松上网冲浪，网上世界真逍遥，看、听、交流都行。

● 编写团队

本教程由朱印宏组织编写，参与资料整理的还有袁衍明、袁祚寿、常才英、袁江、张敏、毛荣辉、李坤伟、刘玉凤、田明学、卢敬孝、唐荣华、陈万林、旷晓军、陈锐、苏敬波、张炜、司成向、徐清银、卢国才、胡体清、苏恢定、陈宗亮、杨龙贵、冉东林、钱佩林、王慧明、涂怀清等。

● 读者服务

由于水平有限，所讲内容难免会有疏漏之处，恳请广大读者批评指正，电子邮箱是 bhpbangzhu@163.com。如果希望知悉图书的更多信息，请浏览北京希望电子出版社的网站 www.bhp.com.cn。

CONTENTS

目 录



第1章

学习电脑其实很简单，先来认识一下它吧

主题1 如何选购一台适合自己的电脑

2

- | | |
|------------------------|----------------------|
| ① 选购电脑前应先了解行业规则..... 2 | ④ 选购电脑之前的准备工作..... 6 |
| ② 简单认识一下电脑的外部构成..... 3 | ⑤ 选购电脑时的注意事项..... 6 |
| ③ 了解电脑的内部配置..... 4 | |

主题2 使用电脑时正确的坐姿和一些健康提示

7

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| ① 长期使用电脑存在哪些危害..... 7 | ③ 保持正确的坐姿，让身体放松..... 9 |
| ② 选购和调整桌椅..... 8 | ④ 安排好作息时间，做好日常保健..... 10 |

主题3 学会电脑的开关机和注销等基本操作

10

- | | |
|----------------|------------------|
| ① 正确开机..... 11 | ④ 注销电脑..... 13 |
| ② 正确关机..... 12 | ⑤ 切换电脑用户..... 13 |
| ③ 重启电脑..... 12 | ⑥ 待机和休眠..... 14 |

主题4 鼠标的正确握姿和使用方法

15

- | | |
|---------------------------|-------------------------|
| ① 正确握鼠标..... 15 | ③ 设置鼠标属性，让鼠标更顺手..... 18 |
| ② 掌握鼠标基本操作，驾驭电脑指日可待... 16 | |

主题5 电脑和U盘、摄像头等数码产品的连接与拔出方法

19

- | | |
|---------------------------|--------------------------|
| ① 认识USB接口..... 20 | ③ 正确退出USB接口的数码设备..... 22 |
| ② 把手机、U盘等数码设备连接到电脑上... 20 | |



第2章

简单地设置系统，能让电脑使用起来更加顺手

主题6 让眼睛更舒服——把图标和窗口的字体放大

24

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------|
| ① 通过“显示属性”设置大号字体和大号图标..... 24 | ② 通过更改屏幕分辨率放大屏幕上的显示内容..... 26 |
|-------------------------------|-------------------------------|

主题7 让屏幕不再闪烁——调整屏幕的刷新频率

27

主题8 让系统运行得更快——优化电脑显示性能

28

主题9 在桌面上创建快捷图标，方便随时启用

30

- | | |
|------------------------|----------------------|
| ① 通过右击快速创建快捷图标..... 31 | ② 通过向导创建快捷图标..... 32 |
|------------------------|----------------------|

主题10 找回“我的电脑”图标，方便访问电脑	33
①通过“开始”菜单找回“我的电脑”图标..... 34	②通过自定义桌面找回“我的电脑”图标..... 35
主题11 把喜欢的照片设置为桌面背景	36
①通过快捷菜单设置桌面背景..... 36	②通过“显示属性”对话框设置桌面背景... 37
主题12 隐藏任务栏，让桌面完整显示	39
主题13 增加任务栏高度，方便查看多个项目	40
主题14 隐藏通知栏中经常不活动的图标	41
主题15 找回小喇叭图标，方便控制电脑音量	43
①通过控制面板找回小喇叭图标..... 43	②通过小喇叭图标设置静音和控制音量... 44
主题16 通过“我的电脑”窗口查看文件属性	45
①打开“我的电脑”窗口，查看硬盘信息..... 45	②在“我的电脑”窗口中查看照片大小和尺寸..... 46
主题17 创建自己的账户，与其他用户分开使用电脑	48
①创建新账户..... 48	③更换账户大头像..... 51
②创建账户密码，保护自己的电脑安全... 50	④删除账户..... 52



第3章

做电脑的好管家，从管理文件和文件夹开始

主题18 学会新建文件夹，并保存有用的文件	54
①新建文件夹并为它起个名字..... 54	④一次选取多个文件的方法..... 56
②为文件夹重新命名..... 55	⑤通过复制、剪切和粘贴将文件放到文件夹中..... 57
③将有用的文件拖动到新建的文件夹中... 55	
主题19 学会重要文件的备份方法	59
主题20 轻松管理我的照片“库”	61
主题21 通过文件排序法来快速查找文件	63
①通过文件名快速找到文件..... 63	③通过文件的修改时间快速找到文件... 64
②通过文件大小快速找到文件..... 64	
主题22 使用搜索工具寻找需要的文件	65
主题23 为电脑腾出空间——删除文件和清理回收站	66
①删除文件和文件夹..... 67	③清空回收站..... 68
②彻底删除文件和文件夹..... 67	

主题24 恢复被误删文件的两种方法

68

①从回收站中还原被删除的文件..... 69

②使用EasyRecovery恢复被彻底删除的文件...69



第4章

轻松玩转系统自带程序

主题25 眼神不好没关系，放大镜工具来帮您

74

主题26 练习打字和记事的好帮手——记事本

76

主题27 居家过日子的好助手——计算器

78

①认识“标准计算器”键盘..... 79

③认识“科学计算器”键盘..... 80

②使用“标准计算器”进行算术运算... 80

④使用计算器进行科学计算..... 81

主题28 和孩子们一起用电脑学画画

82

主题29 把孩子的歌声用电脑录下来

84

主题30 把家人的照片制作成电子相册

86

主题31 把屏幕保护程序设置成家人的照片

89

主题32 闲暇的时候玩玩纸牌、扫雷等小游戏

91

①玩纸牌游戏..... 91

③玩扫雷游戏..... 94

②玩红心大战游戏..... 93

主题33 用Windows Media Player听音乐、看电影

96

主题34 如果Windows Media Player不能正常播放怎么办

97

①了解解码器..... 98

③播放DVD等多媒体文件..... 100

②安装解码器..... 98



第5章

选择最适合的输入法，轻松学打字

主题35 学习打字前，先熟悉一下键盘

102

①了解键盘..... 102

③键盘基本用法..... 104

②认识键盘布局..... 103

主题36 最容易理解的输入法——笔画输入法

104

主题37 最方便、最常用的输入法——拼音输入法

106

①全拼输入法..... 106

③搜狗拼音输入法..... 109

②智能ABC输入法..... 107

主题38 如果自己常用的输入法不见了,该怎么办 111

- ①找回丢失的输入法图标 111 ②找回丢失的输入法文件 112

主题39 安装字体,让文字效果更漂亮 114

- ①下载艺术字体 114 ③设置艺术字体 116
②安装艺术字体 115

主题40 如果键盘打字不顺手,就用手写板来输入吧 116

- ①认识手写板 117 ②使用手写板输入汉字 117



第6章

生活、办公的好帮手——中文版Office 2007

主题41 使用Word处理日常文档 120

- ①了解Word 2007 120 ④设置页面和美化页眉页脚 125
②新建文档 122 ⑤保存文档 127
③设置Word文档格式 123

主题42 使用Word给孩子制作课程表 128

- ①新建文档并插入表格 128 ③插入斜线表头 131
②设置表格样式 129 ④合并单元格并保存文档 132

主题43 使用Word制作精美贺卡 133

- ①使用模板新建Word文档 133 ④插入背景音乐 137
②插入背景图片 134 ⑤完善贺卡并保存文档 138
③插入艺术文字 136

主题44 使用Excel制作亲朋好友通讯录 139

主题45 使用Excel记录家庭收支明细 143

- ①制作并汇总收入和支出表 143 ③绘制家庭纯收入柱形图 148
②计算家庭纯收入 146



第7章

学习一些常用软件,让娱乐和生活更加有趣

主题46 使用Windows图片和传真查看器浏览照片 152

- ①使用Windows图片和传真查看器浏览照片 152 ②设置默认图片浏览工具 153

主题47 使用迅雷下载网络上的资源 154

主题48 使用WinRAR软件解压缩文件 156

- ① 压缩文件 156
- ② 解压缩文件 158

主题49 使用光影魔术手轻松修饰照片 159

- ① 批量缩放照片大小 159
- ② 使用光影魔术手快速处理照片 161

主题50 使用暴风影音播放各种类型的视频和音频文件 163

- ① 使用暴风影音看高清电影 163
- ② 使用暴风影音记忆功能实现连播 164

主题51 使用UUSee网络电视在线观看电视和大片 165

- ① 使用UUSee网络电视在线看电视节目 ... 166
- ② 使用UUSee网络电视在线看高清电影 ... 167

主题52 使用Adobe Reader轻松阅读电子书 168

- ① 使用Adobe Reader阅读电子书 168
- ① 使用Adobe Reader搜索内容 170



第8章

网页浏览轻松掌握

主题53 把电脑连接到互联网 172

- ① 选择适合自己的上网方式 172
- ② 了解并连接网络设备 173
- ③ 创建网络连接 174
- ④ 连接到互联网并进行检测 176

主题54 浏览网页的好帮手——IE浏览器 177

主题55 上网也可以不求人——网址导航 179

主题56 不可或缺的上网工具——搜索引擎 180

- ① 认识并选择搜索引擎 181
- ② 使用搜索引擎查找自己需要的资料 ... 181

主题57 在网页中淘宝——保存网页中的图片和文字 182

- ① 保存网页 182
- ② 保存网页中的文字 183
- ③ 保存网页中的图片 184

主题58 学会使用IE浏览器下载文件 186

主题59 上网也可以保密——清除上网历史记录 187



第9章

生活娱乐资讯、购物轻松上网搞定

主题60 在网上看新闻 192

- ① 网上看新闻的好处 192
- ② 特别推荐的主流新闻网站 192
- ③ 浏览新闻 193
- ④ 使用RSS阅读器高效阅读新闻 194
- ⑤ 订阅RSS频道 195

主题61	随时上网查看天气预报	196
主题62	看病不用排队——网上挂号、找专家就诊	197
主题63	上网找营养食谱，让家里的饭菜既好吃又健康	199
主题64	在网上查看并订阅自己喜欢的报纸和杂志	201
主题65	在网上观看电视直播、高清影视剧和视频新闻	204
主题66	开通和使用个人网上银行	206
	①开通个人网上银行..... 207	②使用网上银行进行跨行汇款..... 209
主题67	在网上缴纳电话费和水电费	211
主题68	省钱又省事——在淘宝网上购物	214
	①注册淘宝会员并激活账户..... 214	③轻松淘宝——在淘宝网上购物..... 219
	②开通支付宝实名认证..... 216	
主题69	在网上预定机票和酒店	222
	①在网上查询并预定机票..... 222	②在网上查询并预定酒店..... 224
主题70	在网上查询公交线路和快捷换乘方式	225
主题71	在网上购书，享受悠闲的读书生活	227



第10章

使用QQ和电子邮件与亲朋好友互动

主题72	使用腾讯QQ和亲朋好友聊天	232
	①申请QQ号码..... 232	③使用QQ与亲朋好友在线聊天..... 235
	②登录QQ并添加好友..... 233	
主题73	打字太慢不用愁——在线语音、视频聊天	236
	①使用QQ与亲朋好友在线语音聊天... 236	②使用QQ与亲朋好友在线视频聊天... 237
主题74	既方便又快捷——使用QQ传照片、传资料	239
	①向QQ好友发送文件..... 239	②接收QQ好友发送的文件..... 240
主题75	创建属于自己的网络空间——QQ空间	241
	①申请开通QQ空间..... 242	③为QQ空间的相册上传照片..... 244
	②在QQ空间里发表日志..... 242	
主题76	闲来无事与异地好友下棋——QQ游戏	245
	①下载并安装中国象棋..... 246	②与好友下盘中国象棋..... 247

主题77	今天您“偷菜”了吗?——QQ农场	248
主题78	防止QQ号码被盗——申请密码保护	250
主题79	给自己申请一个免费的电子邮箱	252
主题80	使用电子邮件给亲朋好友们写信、发照片	253



第11章 电脑的日常维护

主题81	清除电脑“体内”的垃圾	258	
①使用360安全卫士清除电脑垃圾文件...	258	②使用超级兔子清除注册表垃圾..... 259	
主题82	清除电脑中的恶意插件	260	
主题83	清理电脑使用信息，防止被黑客跟踪	262	
主题84	及时为系统打补丁，降低电脑被感染病毒的几率	264	
主题85	使用超级兔子优化系统，提高电脑运行速度	266	
主题86	让电脑运行得更加顺畅——电脑硬盘整理	267	
①磁盘清理.....	268	②磁盘碎片整理..... 269	
主题87	实用型杀毒软件——使用瑞星给电脑杀毒	270	
主题88	查杀电脑中隐藏的木马病毒	272	
主题89	把电脑恢复到最初工作状态——系统还原	273	
①启动并创建系统还原点	274	②把系统还原到某点..... 275	
主题90	电脑无法正常开机怎么办	276	
①从软件角度诊断电脑无法开机.....	277	②从硬件角度诊断电脑无法开机..... 278	
主题91	电脑开机突然报警怎么办	280	
主题92	电脑频繁死机怎么办	282	
①从软件角度解决电脑频繁死机.....	283	②从硬件角度解决电脑频繁死机..... 285	
主题93	电脑崩溃、无法正常运行都不用怕——系统备份和恢复	285	
①使用一键GHOST备份系统盘	286	①使用一键GHOST恢复系统盘	288

第 1 章

学习电脑其实很简单，先来认识一下它吧

主题1 如何选购一台适合自己的电脑

主题2 使用电脑时正确的坐姿和一些健康提示

主题3 学会电脑的开关机和注销等基本操作

主题4 鼠标的正确握姿和使用方法

主题5 电脑和U盘、摄像头等数码产品的连接与拔出方法



主题1

如何选购一台适合自己的电脑

古语说“工欲善其事，必先利其器”，意思就是说要做好一件事，准备工作非常重要。所以中老年朋友在学习电脑之前，应该先配置一台电脑。在购买电脑之前，还是先来了解一下相关的知识吧。下面就来介绍如何选购电脑，以及在选购前后应该注意的事项。

本次学习目标

- ➔ 根据个人的需求配置电脑
- ➔ 认识电脑外部构成以及辅助设备
- ➔ 了解电脑主机的内部结构以及它们的作用
- ➔ 在选购电脑前应该做的准备工作
- ➔ 在选购电脑时应该注意的事项



1

选购电脑前应先了解行业规则

每一个行业在发展过程中，都会有意、无意地形成一些潜规则，了解这些潜规则，可以避免走弯路，少吃亏。

当购买者向销售服务人员咨询电脑行情时，他们一般都会询问下面的问题。

- 您要什么价位的电脑？（通过价格定位你的消费水平）
- 您要什么配置的电脑？（通过回答判断你的技术水平）
- 您买电脑做什么？（通过回答了解你的意图，并做好有目的的推销）

.....

销售人员能够通过这些简单的对话，初步了解购买者的电脑使用水平，揣摩其意图和期望值，并进行针对性的推销，此时购买者应提高警惕，如果稍不留神，或不了解其中的潜规则，就会被套住。

例如，销售人员一般不会主动明确电脑配置细节，如果买家不在行，或者不主动确认，实际交货时可能会存在偷工减料的现象，以次充好，不给外围设备（如USB数据线、摄像头、耳机、音箱等）。销售人员承诺保修三年，但没有明确保修的设备，

这就会为日后维修埋下隐患，很多纠纷常常因此而发生。因此，中老年朋友在购买之前应做好准备，避免后期出现没有保障的情况。

电脑市场上有行货和水货，以及二手货之分。

● **行货**：就是正规厂家生产的产品，质量比较稳定，售后服务有保障。

● **水货**：就是其他厂家冒牌生产的产品，质量不是很稳定，没有售后服务保障。

● **二手货**：就是行货中的次品或已经用过的正品，然后冒充正常产品，封装后再次进入市场销售。

根据产品类型和品牌不同，行货与水货差价也会不同，有几十块，甚至上百块的差异，二手货的价钱会更低。中老年朋友在购买时，应该坚持两条基本原则：**不贪图小便宜，坚持索要正规发票。**

新购买的电脑一般包括组装机和品牌机，考虑到中老年朋友对电脑技术不是很熟悉，建议购买售后服务比较有保障的品牌机，如国产的联想、方正、神州等，国外的品牌如戴尔、惠普等。另外，相对于台式机来说，笔记本显得更为轻便，如果有特别需要并且条件允许的话，不妨选择笔记本。

购买电脑时可以去电脑专卖市场，如电器商城、IT商场或者大卖场。在不同的城市和地区，一般都会形成比较有规模和口碑的大市场或大卖场，中老年朋友不妨就近选购。

根据自己的需要和经济情况，确定一个恰当的心理价位，然后根据这个心理价位来挑选电脑是非常重要的。大部分中老年朋友购买电脑的目的是：听听音乐、看看电影、上上网、聊聊天，处理一些简单的文档，或者玩玩游戏。如果您有这些需求，则电脑的配置就不需要太高，挑选一款普通的家庭实用型的品牌电脑就足够了。

2

简单认识一下电脑的外部构成

下面以台式机进行说明，从外观分析，电脑其实很简单，它主要包括主机、显示器、键盘、鼠标、音箱等设备组成，如右图所示。



① 主机：是电脑工作的“发动机”，外部是机箱，内部包括CPU、主板、内存条、硬盘、显卡、声卡、光驱、电源等设备。机箱负责保护内部的这些设备，并把它们有机地组合在一起，因此应该确保选购的机箱比较结实、稳固。

② 显示器：一般包括CRT显示器和LCD（液晶）显示器两种类型。CRT显示器通过显像管成像，与传统电视机很相似。从健康角度考虑，建议中老年朋友选购液晶显示器，因为它辐射小，能够更好地保护视力。市场上的液晶显示器有17寸或19寸的普屏，也有19寸宽屏，甚至更大的宽屏。对于中老年朋友来说，选购19寸的普通屏幕比较合适，经济实用，美观大方。如果喜欢玩游戏，选购大屏幕显示器，则玩的效果会更好。

③ 音箱：就是我们常说的喇叭，用来播放电脑声音或音乐。喜欢听音乐或看电影的中老年朋友，建议购买音质效果稍好一些的音箱，或者加购低音炮，这样在欣赏DVD时，音响效果会更逼真。

④ 键盘：属于输入设备，使用它可向电脑发送操作指令。标准键盘有107个键，每个键都表示一定的意思，用来完成特定功能。每个键可以单独使用，也可以使用组合键，所谓组合键，就是同时按下几个键，来发送特定的指令。

⑤ 鼠标：专门负责向电脑发送操作指令。标准鼠标有3个键：左键、中键和右键，根据移动指针的位置，单击它们可以完成不同的操作。

3

了解电脑的内部配置

从内部构成分析，电脑看起来很复杂，其实也不尽然，了解电脑的主要硬件配置，可方便中老年朋友日后对电脑进行简单的维护。电脑的内部构成主要包括CPU、主板、内存条、硬盘、显卡、声卡、光驱、电源等配件，如下图所示。

① CPU和风扇：实现逻辑运算和数据处理，主要负责处理各种指令，它相当于人的大脑。CPU包括单核和双核两种类型。所谓双核处理器，就是在一块CPU上集成了两个运算核心，这样可以提高CPU的运算速度。目前，市场上还可以购买到四核处理器，概念与双核处理器类似。

选购CPU时主要看主频参数，同一类型的CPU，如果主频越高，则运算速度就会越快，价钱相应也会高很多。目前，市场上的主流CPU包括Intel（英特尔）和AMD品牌。Intel处理器性能相对较好，运行稳定，而AMD处理器比较实惠。中老年朋友可以根据自己的实际用途和心理价位进行选择。如果仅仅是家庭应用，那么AMD处理器完全可以胜任。

在挑选CPU的风扇时，主要考虑是否静音，自己可以在机箱外侧试听一下。电脑噪音对身体健康的影响很大，不可大意。如果声音太大，可以要求服务人员更换风扇，或换购质量更好的品牌风扇。选购品牌机时，一般都送CPU原装风扇，细心的中



老年朋友不妨与服务人员确认一下。

② 主板：相当于电脑的框架，它负责把电脑的各个配件连接在一起协同工作。主板质量的好坏决定了电脑运行是否稳定。目前，市场上性能较好的主板包括华硕、技嘉等品牌。选购主板时，除了考虑稳定性外，还应注意一下主板兼容性问题，可以咨询一下服务人员，主板支持哪些插口。一般来说，主板插槽越多，兼容性能就越高。

③ 显卡：负责图形图像运算和输出。目前，市场上主流显卡包括七彩虹和星驰等品牌。品牌电脑一般会在主板中集成显卡，因此不用单独购买显卡。

④ 内存条：负责临时存储运行的程序和数据。一般来说，内存条越大，电脑的运行速度就会越快，一台电脑上可以插入多根内存条，这时电脑内存大小就等于插入内存条大小的和。目前，市场上主流的内存条包括金士顿和海盗船等品牌。家用电脑配置1GB或2GB的内存就够用了。

⑤ 硬盘：负责永久存储数据。目前，市场上的主流硬盘包括希捷和日立等品牌。家用电脑可以考虑配置一块1TB或1.5TB的大硬盘（相当于1000GB或1500GB），这样可满足日常存储大量的家庭照片、视频或者DVD电影的需要。

⑥ 电源：负责向电脑提供低压电流。电源性能是否稳定会影响电脑的工作状态，甚至会影响硬件的寿命。目前，市场上主流电源包括航嘉和长城等品牌。

7 光驱：负责读写光盘数据。通过光驱可以看DVD、备份数据、恢复系统等操作。选购光驱时，建议购买能够支持DVD数据格式，并能够刻盘（写光盘）的。

4

选购电脑之前的准备工作

初步掌握了电脑基础知识，在购买电脑时就会心中有数，不会被蒙蔽。在去购买电脑之前，中老年朋友还应该确定要购买的电脑品牌，以及心理价位。

商家提供的电脑报价可能会有一定的水分，所以在选购之前，最好摸清该品牌电脑的市场行情，以及平均价。如果条件允许，中老年朋友不妨先上网看看行情。这里推荐访问中关村在线（<http://detail.zol.com.cn/>）网站了解电脑报价，如下图所示。可以在该网站上仔细比较各个商家的报价单。确定之后，记下电脑品牌，合适的商家联系电话、具体地址，以及报价单明细，这样去电脑商城时，就会心中有数，不会被各种信息看得眼花缭乱。

如果无法上网比较，中老年朋友们也可以咨询身边的亲朋好友，或者亲自到电脑商城转一转，了解电脑行情，初步确定自己选购的品牌和价位。当货比三家之后，再拍板决定要购买的种类。

在与商家砍价时，中老年朋友应该注意火候，不要砍得过狠，以防止商家在硬件和售后服务上打折扣。有些商家往往为了实现交易，可能会委屈求卖，但是为了获利，他们会耍弄手腕，在其他方面做手脚。



5

选购电脑时的注意事项

- 检查电脑各种配件的包装。看包装是否破损，是否已经被拆开过。
- 开机查看电脑配件。看看各种配件是否符合报价单中的描述。
- 插电试机。看看电脑是否能正常工作。
- 仔细听一下电脑噪音，感觉一下自己是否能接受。
- 让服务人员把显示器分别设置为黑屏和白屏效果，然后仔细观察显示器表面是