

新手

学电脑应用技巧

神龙工作室 编著

立体化视频教学光盘

本书适合你吗？

- 如果你还不能得心应手地使用电脑
- 如果你想成为别人眼中的电脑专家

畅销
经典

我的第**1**本**电脑应用技巧**图书

200万读者的**共同选择**



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



新手

学电脑应用技巧

神龙工作室 编著

人民邮电出版社

北京

图书在版编目(CIP)数据

新手学电脑应用技巧 / 神龙工作室编著. — 北京 :
人民邮电出版社, 2011. 3
ISBN 978-7-115-24410-9

I. ①新… II. ①神… III. ①电子计算机—基本知识
IV. ①TP3

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第008004号

内 容 提 要

本书是指导初学者快速掌握电脑应用技巧的入门书籍。书中详细地介绍了初学者应该掌握的电脑软件应用技巧,并对初学者在使用电脑时经常遇到的问题进行了专家级的指导,以免初学者在起步的过程中走弯路。全书分3篇,第1篇主要介绍系统设置技巧及系统管理、安全和维护技巧;第2篇主要介绍网络基础、网络应用和网络安全等内容;第3篇主要介绍常用办公软件Word、Excel、PowerPoint以及压缩软件等工具软件的使用技巧等。

本书附带一张情景互动式多媒体教学光盘,采用了全程语音讲解、情景式教学、详细的图文对照和真实的情景演示等方式,紧密结合书中的内容对各个知识点进行了深入的讲解,从而大大扩充了本书的知识范围。

本书主要面向电脑初级用户,适合广大电脑爱好者以及需要学习电脑应用技巧的读者使用,同时也可以作为电脑培训班的培训教材或者学习辅导用书。

新手学电脑应用技巧

- ◆ 编 著 神龙工作室
责任编辑 马雪伶
- ◆ 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 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京隆昌伟业印刷有限公司印刷
- ◆ 开本: 800×1000 1/16
印张: 13.5
字数: 313千字
印数: 1—8 000册
- 2011年3月第1版
2011年3月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-24410-9

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

前言

在日常使用电脑的过程中，运用一些小小的技巧，可以节省大量时间，提高工作效率，甚至达到事半功倍的效果。但是，很多人认为这些技巧是电脑高手的“独门暗器”，远非一般电脑用户所及，所以他们只会按部就班地使用电脑。

电脑应用技巧真的这么难学吗？

本书适合谁阅读

如果看到别人使用电脑时熟练地运用技巧，您感到羡慕；如果您认为电脑应用技巧很难掌握；如果您对电脑操作一知半解，只会一些简单的操作；如果您不想去参加电脑培训班。这四项假设，只要您符合其中一项，那么本书就是为您量身定制的，您可以在阅读中找到将本书翻烂的理由。

为什么要阅读本书

历时 8 年，获得无数读者与书店工作人员的称赞，并创下 200 万册销量奇迹的“新手学”系列图书，是值得信赖的图书品牌；根据初学者的阅读习惯、学习需求，安排章节与内容，让您学习电脑应用技巧“零障碍”；随书附带情景互动式多媒体教学光盘，细致入微地引导您学习电脑应用技巧的全过程。

无论您要立志成为一名电脑高手，还是仅在日常工作、生活中用来办公应用或上网娱乐，本书都将给您带来贴心的阅读体验。

从系统设置技巧到系统管理，从网络基础到网络安全，从 Word 应用到常用工具软件应用技巧，本书都将娓娓道来。本书还融入电脑应用专家多年的实践经验，可以让您在学习过程中少走弯路。阅读完本书，您会发现：电脑应用技巧真的不难学！

您将从本书学到什么

系统设置技巧

系统管理、安全和维护技巧

网络浏览技巧

电子邮箱、QQ、MSN 等工具使用技巧

网络安全设置技巧

Word、Excel、PowerPoint 软件应用技巧

压缩软件、图像处理软件应用技巧

光盘使用说明

本书附带一张多媒体电脑教学光盘。

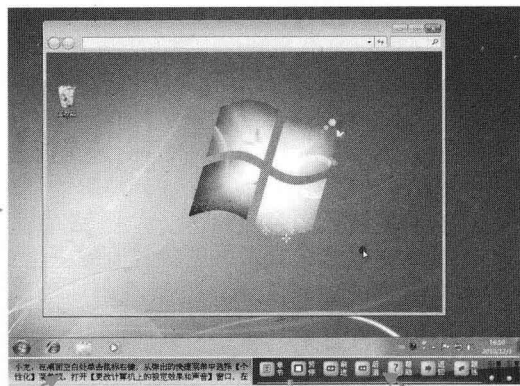
(1) 将光盘印有文字的一面朝上放入光驱中，几秒钟后光盘就会自动运行。若光盘没有自动运行，可以打开【计算机】窗口，然后在光盘图标上单击鼠标右键，从弹出的快捷菜单中选择【打开自动播放】菜单项，光盘就会运行。



(2) 稍后会进入光盘的主界面, 此时可以看到光盘中包含的各个章节目录, 将鼠标指针移到目录按钮上并单击鼠标左键, 弹出对应的下一级子目录, 然后单击某个子目录按钮即可进入光盘的播放界面, 并自动播放该内容。



光盘主界面



解说词

播放窗口

播放控制区



光盘内容介绍

进入光盘主界面之后, 可通过单击主界面中的按钮, 有选择地学习光盘中的内容。光盘的主要内容介绍如下。

- 介绍 Windows 7 系统设置、管理、安全和维护方面的技巧。
- 介绍网络基础、网络应用和网络安全方面的技巧。
- 介绍 Word 2010、Excel 2010 和 PowerPoint 2010 的使用技巧。
- 介绍常用工具软件的应用技巧。
- 超值赠送 400 招 Windows 7 实用技巧。

本书由神龙工作室编写, 若您在阅读过程中遇到困难或疑问, 可以给我们写信, 本书责任编辑的联系邮箱: maxueling@ptpress.com.cn。

编者



第 1 篇 玩转 Windows

第 1 章

系统设置技巧.....2

进入神秘的 Windows 7 系统后，如果你对设置桌面和管理文件无从下手，就来学习一下吧。

1.1 桌面的设置.....3

技巧 1 添加桌面图标.....3

技巧 2 更改桌面图标样式.....4

技巧 3 在桌面上添加程序快捷方式图标.....5

技巧 4 删除桌面图标.....6

技巧 5 用照片制作屏幕保护程序.....7

技巧 6 调整显示器的分辨率.....9

技巧 7 解决显示器抖动厉害的问题.....9

技巧 8 隐藏/显示任务栏.....10

技巧 9 调整任务栏的位置.....11

技巧 10 快速显示桌面.....12

技巧 11 修改系统时间.....13

技巧 12 删除【固定程序】列表中的

默认程序.....13

技巧 13 将经常使用的程序的快捷方式

添加到【开始】菜单中.....14

1.2 文件和文件夹的管理.....14

技巧 1 快速查找文件和文件夹.....15

技巧 2 显示文件的扩展名.....16

技巧 3 快速找回误删除的文件.....16

技巧 4 一次性彻底删除文件.....17

技巧 5 让文件以笔画方式排序.....17

技巧 6 给文件和文件夹批量命名.....18

技巧 7 批量修改文件属性.....19

技巧 8 加密文件和文件夹.....20

第 2 章

系统管理、安全和维护.....21

尽管与之前版本的操作系统相比，Windows 7 系统的安全性可谓更甚一筹，但这并不意味着系统的安全性就高枕无忧了，我们需要对它进行呵护。

2.1 系统管理.....22

技巧 1 创建系统还原点.....22

技巧 2 创建电源计划.....23

技巧 3 更改或删除电源计划.....24

技巧 4 使用 Windows Update 安装更新.....26

技巧 5 快速锁定电脑.....27

技巧 6 启动资源监视器.....28

技巧 7 清理系统垃圾文件.....29

技巧 8 设置虚拟内存.....31

技巧 9 实现快速关机.....32

技巧 10 如何打开【Windows 任务管理器】

窗口.....34

2.2 系统安全.....34

技巧 1 设置系统启动密码.....35

技巧 2 打开或关闭防火墙.....35

技巧 3 启用 BitLocker 为 U 盘进行加密.....36

技巧 4 使用加密 U 盘.....39

技巧 5 关闭加密 U 盘.....40

技巧 6 禁止安装第三方插件.....41

技巧 7 关闭 Guest 账户.....41

技巧 8 为添加的用户账户设置密码.....42

技巧 9 隐藏或显示驱动器.....43

技巧 10 关闭远程协助	44
2.3 系统维护	45
技巧 1 整理磁盘碎片	45
技巧 2 整理磁盘时如何禁止运行屏幕保护程序	47

技巧 3 锁定【注册表编辑器】窗口	47
技巧 4 在关机时清空页面文件	48
技巧 5 巧用 explorer.exe 进程	49
技巧 6 让系统不再弹出【确认删除】对话框	50
技巧 7 快速清理临时文件	51

第 2 篇 成就网络高手

第 3 章 网络基础

如果你想快速驶入 Internet, 就来学习上网的这些小技巧吧。

3.1 网络浏览技巧	55
技巧 1 快速启动浏览器	55
技巧 2 设置 IE 浏览器的临时文件夹	56
技巧 3 加快网页的打开速度	56
技巧 4 屏蔽弹出的广告	57
技巧 5 防止浏览器被恶意修改	58
技巧 6 使用 InPrivate 浏览	59
技巧 7 巧用 SmartScreen 筛选器	59
技巧 8 使用和删除历史记录	60
技巧 9 收藏喜欢的网页	61
技巧 10 脱机浏览网页	62
技巧 11 关闭脚本错误提示	62
技巧 12 轻松实现在线翻译	63
技巧 13 查询天气信息	63
技巧 14 查询旅游信息	64
技巧 15 查询老年健康信息	64
技巧 16 查询养生膳食信息	65
3.2 保存网络信息	65

第 4 章 网络应用

网络是一个巨大的信息资源库。利用网络, 我们不仅可以与五湖四海的朋友交流, 还可以在网上进行娱乐, 享受网络带来的无限乐趣。

4.1 收/发电子邮件技巧	70
技巧 1 设置邮箱自动回复	70
技巧 2 设置邮箱拒收垃圾邮件	71
技巧 3 修改 Web 邮箱密码	71
技巧 4 通过 Web 邮箱发送带附件的邮件	72
技巧 5 使用 Outlook 发送邮件	73
技巧 6 使用 Outlook 将收到的邮件导出	73
技巧 7 使用 Outlook 快速查找邮件	74
技巧 8 使用 Outlook 发送语音邮件	74
技巧 9 在 Foxmail 中创建账户	75
技巧 10 使用 Foxmail 中的定时收取邮件功能	76

技巧 11 在 Foxmail 中恢复误删除的 文件	76
4.2 QQ 和 MSN 应用技巧	78
4.2.1 QQ 应用技巧	78
技巧 1 设置 QQ 中的个人信息	78
技巧 2 给 QQ 聊天记录加密	78
技巧 3 给 QQ 好友分组	79
技巧 4 给 QQ 好友发送文件	79
技巧 5 备份聊天记录	80
技巧 6 设置快捷回复信息	81
技巧 7 使用 QQ 捕捉屏幕功能	81
技巧 8 巧妙避免 QQ 群内贴图骚扰	82
4.2.2 MSN 应用技巧	82
技巧 1 申请 MSN 账号	82
技巧 2 添加 MSN 联系人	83
技巧 3 屏蔽 MSN 的“闪屏”	84
技巧 4 更改 MSN 的显示图片	84
技巧 5 自动更改 MSN 的状态	85
技巧 6 在 MSN 中创建组	85
技巧 7 更改 MSN 默认的收件文件夹	86
4.3 网上休闲娱乐	87
技巧 1 网上音乐的下载	87
技巧 2 登录 QQ 游戏大厅	88
技巧 3 玩免费的 QQ 游戏	89
技巧 4 在开心网上添加开心庄园	91
技巧 5 在开心庄园犁地、播种和收获	92
技巧 6 在开心网添加开心农场	93
技巧 7 在土豆网上传视频	94

技巧 8 在土豆网创建相册	96
技巧 9 在土豆网看视频	97

第 5 章

网络安全

互联网给我们的生活带来极大的便利，但网络中有很多不安全的因素威胁着电脑，我们需要维护电脑网络的安全。

5.1 网页安全设置	100
技巧 1 防止填写信息泄露	100
技巧 2 将保存的表单条目和密码删除	100
技巧 3 在安全和非安全模式间转换 时显示警告	101
技巧 4 预防网页恶意代码	101
5.2 预防病毒	102
技巧 1 通过非在线方式升级杀毒软件	102
技巧 2 防范 IP 炸弹攻击	102
技巧 3 防范网络病毒	103
技巧 4 防止病毒自动复制	103
5.3 使用杀毒软件	104
技巧 1 使用瑞星杀毒软件手动查杀病毒	104
技巧 2 启动瑞星电脑监控	105
技巧 3 查看瑞星杀毒软件的杀毒日志	105
5.4 设置防火墙	106
技巧 1 设置瑞星个人防火墙的安全级别	106
技巧 2 使用瑞星个人防火墙的 网络监控功能	106
技巧 3 更改瑞星个人防火墙的外观	107

第3篇 工具软件应用达人

第6章

Word 应用技巧 110

如果你想了解 Word 的功能,就赶快来学习吧,掌握这些小技巧,在编辑 Word 文档时,就不会一筹莫展了。

6.1 文档的新建、打开、保存和关闭 111

技巧 1 使用现有文档创建新文档 111

技巧 2 修改文档的默认保存路径 111

技巧 3 改变所有文档的保存类型 112

技巧 4 将 Word 2010 文档保存为网页格式 113

技巧 5 将 Word 2010 文档保存为 Word 2003 文档 114

技巧 6 防止文档损坏或丢失 115

技巧 7 清除最近使用过的文件列表 115

技巧 8 同时关闭多个文档 116

6.2 文档的编辑和浏览 116

技巧 1 用键盘取消文本的选定 116

技巧 2 移动段落 116

技巧 3 巧用剪贴板 117

技巧 4 不可忽略的选择性粘贴 118

技巧 5 巧作联合公文头 120

技巧 6 简繁体转换 121

技巧 7 输入特殊字符和符号 122

技巧 8 快速输入上、下标 123

技巧 9 轻松标注汉语拼音 125

技巧 10 快速给文字加下划线 126

技巧 11 巧用自动更正提高录入速度 127

6.3 版面设计和打印 128

技巧 1 自定义 Word 文档的纸张大小 128

技巧 2 实现文档混合分栏 129

技巧 3 为文档设置格式页码 130

技巧 4 为文档添加水印背景 131

技巧 5 轻松改变 Word 中的行距 132

技巧 6 快速将文本提升为标题 132

技巧 7 取消自动产生的编号 132

技巧 8 打印文档的部分内容 133

技巧 9 打印背景色和图像 134

技巧 10 从文档的最后一页开始打印 135

6.4 图片与表格的编辑技巧 135

技巧 1 巧用图片替换文本 135

技巧 2 给剪贴画染色 136

技巧 3 让图片在页面中固定不动 137

技巧 4 设置图片的水印效果 138

技巧 5 快速将一个表格拆分成两个表格 139

技巧 6 实现 Word 表格行列对调 141

技巧 7 使用表格进行图文混排 143

技巧 8 文档与表格的互相转换 144

技巧 9 用鼠标快速选择表格 146

第7章

Excel 应用技巧 147

Excel 以它强大的表格处理能力著称,赶快来学习 Excel 技巧吧,你会有意想不到的收获。

7.1 Excel 基本操作 148

技巧 1 使用【定位条件】对话框 148

技巧 2 快速移动单元格区域	149
技巧 3 在 Excel 表格中使用背景	149
技巧 4 隐藏网格线	151
技巧 5 利用快捷键对【设置单元格格式】对话框中的【边框】选项卡进行操作	152
技巧 6 制作斜线表头	152
技巧 7 让单元格中的文字自动换行	154
技巧 8 为同一单元格中的文本设置不同的格式	155
7.2 数据处理与分析	156
技巧 1 输入特殊符号或字符	156
技巧 2 输入分数	156
技巧 3 使用自定义序列进行填充	157
技巧 4 控制数据的输入范围	158
技巧 5 使用数据有效性创建下拉列表	159
技巧 6 异常数值提醒	160
技巧 7 突显双休日	161
技巧 8 对特定区域进行筛选	163
技巧 9 筛选同时满足多个条件的记录	164
技巧 10 使用自动筛选功能批量修改数据	166
技巧 11 创建嵌套分类汇总	168
7.3 图形和图表	170
技巧 1 为图形加入文字	170
技巧 2 更改图形的叠放次序	171
技巧 3 使图形具有三维效果	171
技巧 4 利用工作表快速创建图表	172
技巧 5 添加图表标题	173
技巧 6 利用涨/跌柱线分析数据	174
技巧 7 添加误差线	175
技巧 8 设置图表的背景墙和基底	176
技巧 9 打印图表	177

第 8 章

PowerPoint 应用技巧

你想制作出精美的幻灯片吗? PowerPoint 的功能可以帮助你实现这个愿望。

8.1 演示文稿和幻灯片的基本操作	180
技巧 1 利用样本模板创建演示文稿	180
技巧 2 根据现有内容创建演示文稿	180
技巧 3 为演示文稿设置主题	181
技巧 4 在演示文稿中更改主题文字效果	181
技巧 5 在同一演示文稿中创建超链接	182
技巧 6 快速插入幻灯片编号和页脚	183
技巧 7 插入和删除幻灯片	184
8.2 幻灯片的设计	185
技巧 1 设置幻灯片的背景	185
技巧 2 在幻灯片中添加动作按钮	186
技巧 3 在幻灯片中插入剪贴画声音	188
技巧 4 插入 MP3 音乐	189
技巧 5 设置音频选项	190
8.3 幻灯片的放映	191
技巧 1 取消在幻灯片放映时单击鼠标右键显示菜单	191
技巧 2 在幻灯片放映时不显示快捷工具栏	191
技巧 3 设置幻灯片放映结束时不以黑幻灯片结束	192
技巧 4 为幻灯片添加动画效果	192
技巧 5 设置动画计时	193
技巧 6 设置幻灯片放映类型和选项	194
技巧 7 放映幻灯片缩略图	195
技巧 8 放映幻灯片	195

第9章

常用工具软件应用技巧 197

在日常的生活中，掌握这几个软件的使用技巧，可以帮助你解决一些难题。

9.1 压缩软件 198

技巧1 分卷压缩文件 198

技巧2 加密压缩文件 198

技巧3 修复损坏的压缩包 199

技巧4 快速向已压缩文件添加新文件... 199

技巧5 将多个文件批量压缩为单独
压缩包 200

技巧6 让压缩文件不再被更改 200

9.2 图像处理软件 201

技巧1 使用光影魔术手制作证件照片... 201

技巧2 使用光影魔术手为图片添加
花样边框 202

技巧3 使用光影魔术手制作图片的
撕边效果 203

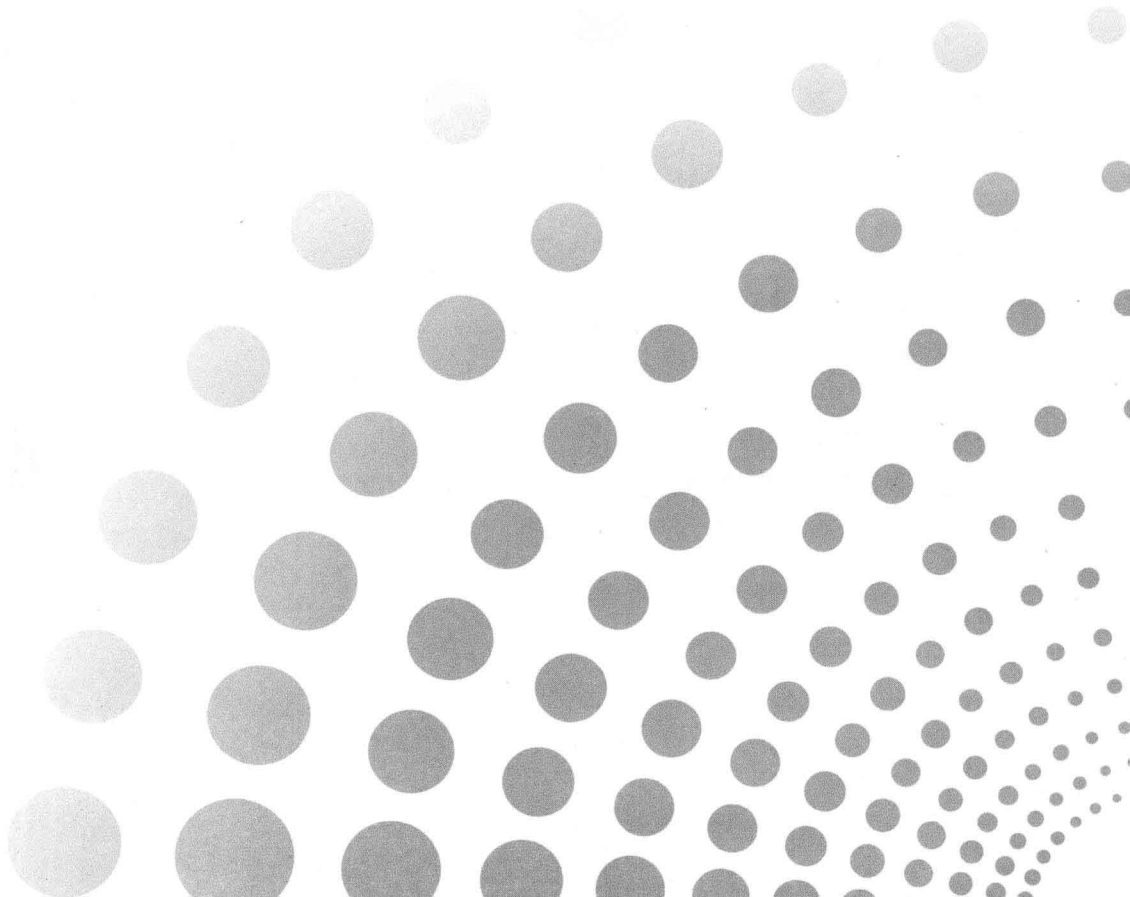
第 1 篇

玩转 Windows

Windows 7作为微软公司推出的新一代操作系统，增加了很多特色功能，为了使其符合自己的使用习惯，需要对系统进行设置。本篇将介绍Windows 7操作系统的相关知识。

第 1 章 系统设置技巧

第 2 章 系统管理、安全和维护



第 1 章

系统设置技巧

Windows 7 是新一代的操作系统，用户可以根据自己的喜好和需要对系统进行相应的设置。

要点导航

- ◎ 桌面的设置
- ◎ 文件和文件夹的管理

1.1 桌面的设置

在Windows 7操作系统中，所有的文件、文件夹以及应用程序都可以用形象化的图标表示，将这些图标放置在桌面上，就叫做“桌面图标”，例如，添加系统图标和应用程序快捷方式等。

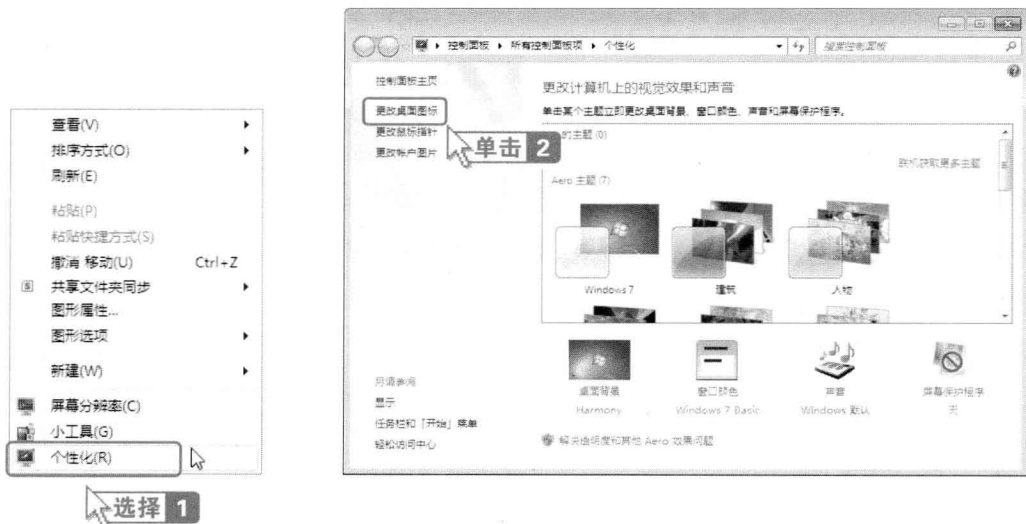
技巧 1 添加桌面图标

为了方便应用，用户可以手动在桌面上添加一些桌面图标。

第一次进入Windows 7操作系统时，桌面上只有一个【回收站】图标，此时用户可以通过手动方式将【计算机】和【控制面板】等系统图标添加到桌面。具体的操作步骤如下。

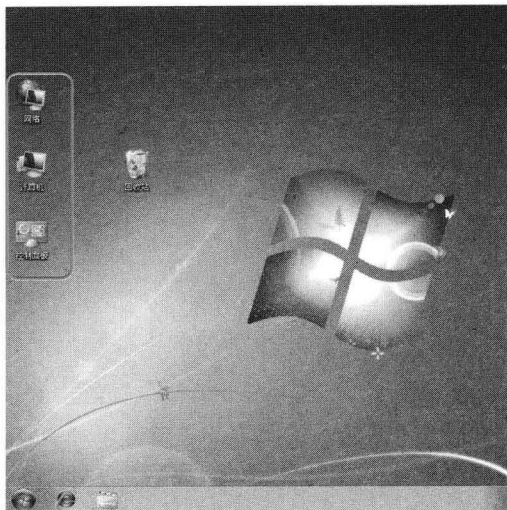
步骤 1 在桌面空白处单击鼠标右键，从弹出的快捷菜单中选择【个性化】菜单项。

步骤 2 打开【更改计算机上的视觉效果和声音】窗口，在左侧窗格中单击【更改桌面图标】超链接。



步骤 3 弹出【桌面图标设置】对话框。用户可以根据自己的需要，在【桌面图标】选项组中选择需要添加到桌面上的系统图标。

步骤 4 单击 **确定** 按钮，返回【更改计算机上的视觉效果和声音】窗口，关闭该窗口，即可完成桌面图标的添加。



技巧2 更改桌面图标样式

如果用户对系统默认的一些图标样式不满意，还可以进行更改，具体的操作步骤如下。

步骤1 按照前面介绍的方法打开【桌面图标设置】对话框，在【桌面图标】选项组中选择需要修改的桌面图标，例如，选择【计算机】图标，然后单击 **更改图标(O)...** 按钮。

步骤2 弹出【更改图标】对话框，从【从以下列表选择一个图标(S)】列表框中选择一个自己喜欢的图标，然后单击 **确定** 按钮。



单击

步骤3 返回【桌面图标设置】对话框，此时可以看到选择的【计算机】图标标识。

步骤4 单击 **确定** 按钮返回桌面，即可看到【计算机】图标的标识已经更改。



技巧3 在桌面上添加程序快捷方式图标

用户还可以将常用的应用程序快捷方式放置在桌面上，形成桌面图标。下面以添加【画图】程序图标为例，具体的操作步骤如下。

步骤1 选择【开始】>【所有程序】>【附件】菜单项，弹出程序组列表。

步骤2 在程序组列表中选择【画图】选项，然后单击鼠标右键，从弹出的快捷菜单中选择【发送到】>【桌面快捷方式】菜单项。



步骤3 返回桌面，可以看到桌面上已经增加了一个【画图】程序的快捷方式图标。



技巧 4 删除桌面图标

为了使桌面看起来更加美观,用户可以将一些不常用的图标删除,以便于管理。用户可以通过以下两种方法来删除不需要的桌面图标,具体的操作步骤如下。

通过右键快捷菜单删除

步骤 1 在需要删除的桌面图标上单击鼠标右键,从弹出的快捷菜单中选择【删除】菜单项。

步骤 2 弹出【删除快捷方式】对话框,提示“您确定要将此快捷方式移动到回收站吗?”,然后单击 **是(Y)** 按钮即可。



步骤 3 此时删除的快捷方式图标并没有被彻底地删除,而是删除到了【回收站】中。双击桌面上的【回收站】图标,打开【回收站】窗口,可以看到删除的【暴风影音】快捷方式图标。

步骤 4 如果用户想从【回收站】中彻底地删除【暴风影音】的快捷方式图标,可以单击工具栏上