

学电脑从入门到精通

精品图书 + 多媒体演示 + 超值赠品 = 您的最佳选择!

入门→提高→精通→实战, 助您从新手变成高手!

九州书源
张笑 赵华君 等编著

笔记本电脑使用

从入门到精通



赠超值DVD

专为本书开发的15小时多媒体教学演示

特别收录的本书所需的素材及源文件

盘中免费赠送超值大礼包:

- 电脑技巧1200例查询软件
- 15小时《Windows Vista操作系统》多媒体教学演示
- 15小时《电脑选购/组装/维护/故障排除》多媒体教学演示
- 15小时《新手学电脑》多媒体教学演示

清华大学出版社



学电脑从入门到精通

笔记本电脑使用从入门到精通

九州书源

张 笑 赵华君 等编著

清华大学出版社

北 京

内 容 简 介

本书是一本关于笔记本电脑应用的基础类书籍, 主要内容包括: 笔记本电脑品牌介绍、笔记本电脑硬件构成、笔记本电脑主流技术、笔记本电脑选购、笔记本电脑操作系统的安装、笔记本电脑基础操作、桌面图标的管理、任务栏和窗口的使用、菜单和对话框的使用、使用笔记本电脑输入文字、管理笔记本电脑中的文件、设置笔记本电脑使用环境、管理笔记本电脑中的账户、管理笔记本电脑中的软件、笔记本电脑中自带软件的使用、笔记本电脑的娱乐功能、笔记本电脑的外设管理、笔记本电脑上网、笔记本电脑的网络应用、笔记本电脑的网上交流方法、笔记本电脑的电子商务应用、笔记本电脑的系统安全、各种工具软件的应用、笔记本电脑的各种高级应用技巧、笔记本电脑的防盗措施、笔记本电脑常见故障与排除以及笔记本电脑日常保养和升级等知识。

本书内容丰富、实用, 讲解循序渐进, 每章都安排有丰富的应用实例、练习实例和知识问答, 在每页的下方, 还提供了与本页知识相关的操作技巧、注意事项和经验之谈, 以尽可能多地解决读者学习中的疑问。

本书可作为笔记本电脑初学者、对笔记本电脑有一定了解的读者以及笔记本电脑爱好者的学习和参考用书, 也可作为电脑培训班、学校的教学用书。

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

笔记本电脑使用从入门到精通/张笑, 赵华君等编著. —北京: 清华大学出版社, 2010.11
(学电脑从入门到精通)

ISBN 978-7-302-22837-0

I. ①笔… II. ①张… ②赵… III. ①便携式计算机-基本知识 IV. ①TP368.32

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 097109 号

责任编辑: 朱英彪

版式设计: 杨 洋

责任校对: 姜 彦

责任印制: 李红英

出版发行: 清华大学出版社

地 址: 北京清华大学学研大厦 A 座

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

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

质 量 反 馈: 010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 刷 者: 清华大学印刷厂

装 订 者: 三河市新茂装订有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 190×260 印 张: 29.25 插 页: 2 字 数: 709 千字

(附 DVD 光盘 1 张)

版 次: 2010 年 11 月第 1 版

印 次: 2010 年 11 月第 1 次印刷

印 数: 1~7000

定 价: 49.80 元

产品编号: 036741-01

多媒体光盘使用说明

本书所配光盘是专业、大容量、高品质的交互式多媒体学习光盘，讲解流畅，配音标准，画面清晰，界面美观大方。本光盘操作简单，即使没有任何电脑使用经验的人也都可以轻松掌握。

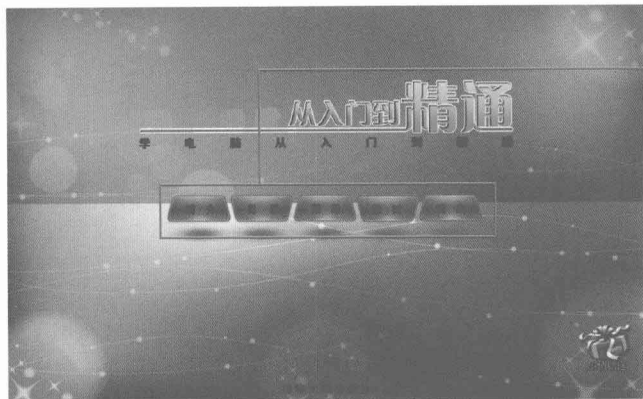


图1 光盘主界面

光盘的主要模块按钮，可逐一单击，进入对应界面

1. 运行光盘，进入光盘主界面。将光盘放入光驱，光盘会自动运行。若不能自动运行，可在“我的电脑”窗口中双击光盘盘符，或在光盘根目录下双击autorun.exe文件即可运行。光盘运行后首先播放一段片头动画，然后进入光盘主界面，如图1所示。

2. 进入多媒体教学演示界面。单击主界面中的“目录”按钮，在出现的界面中选择相应的章节内容，即可进入多媒体教学演示界面，按照多媒体讲解进行学习，并可方便地控制整个演示过程，如图2所示。

目录菜单

功能按钮、进度条、
调音按钮、解说字幕

教学演示界面



图2 多媒体教学演示界面

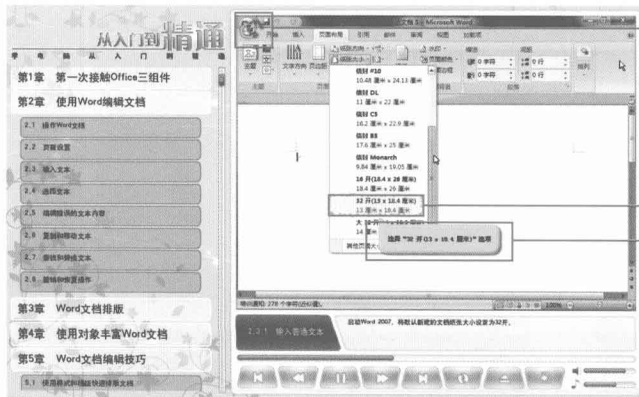


图3 交互模式界面

交互模式标志

需操作的项目
操作提示语言

3. 进入交互模式界面。在演示界面中单击“交互”按钮，进入交互模式界面。该模式提供了一个模拟操作环境，读者按照界面上的操作提示语言亲自动手操作，可迅速提高实际动手操作能力，如图3所示。

多媒体光盘使用说明

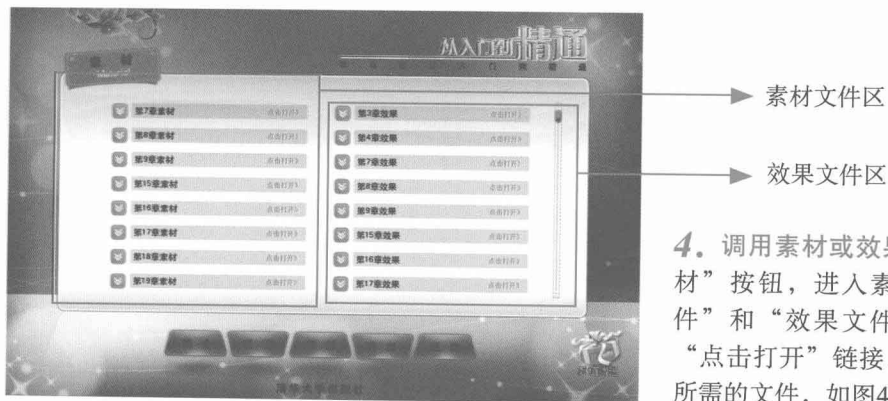


图4 素材界面

4. 调用素材或效果文件。单击主界面中的“素材”按钮，进入素材界面，其中包括“素材文件”和“效果文件”两部分，单击每章后面的“点击打开”链接，即可打开其对应的窗口找到所需的文件，如图4所示。

光盘使用帮助

5. 获得帮助。单击主界面中的“帮助”按钮，将进入帮助界面。拖动右侧的滚动条，可以浏览光盘的详细使用说明，如图5所示。

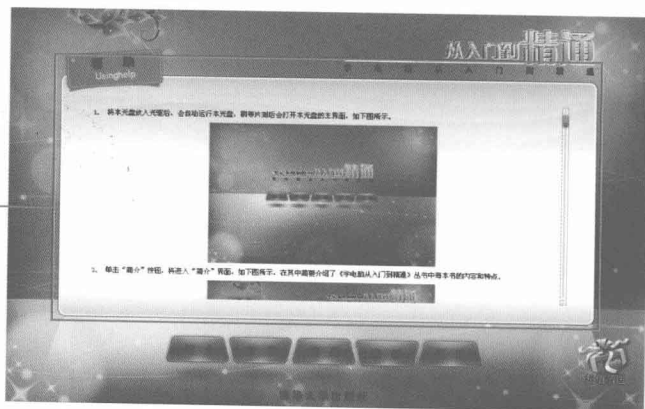


图5 帮助界面

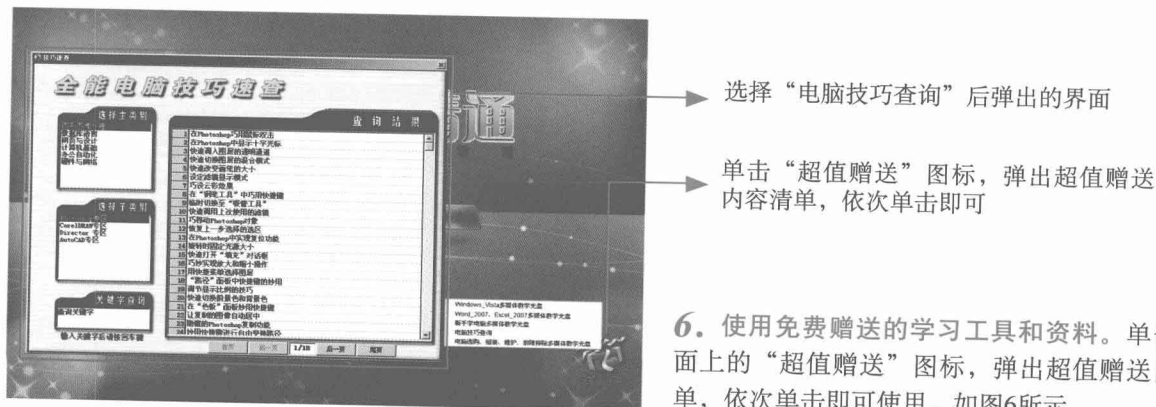


图6 退出界面

6. 使用免费赠送的学习工具和资料。单击主界面上的“超值赠送”图标，弹出超值赠送内容菜单，依次单击即可使用，如图6所示。



前言

先讲讲这套书的故事吧！

“学电脑从入门到精通”系列丛书的第1版自2008年出版以来，以其科学的知识分布、翔实丰富的图书内容和清新的阅读环境，受到了广大读者的热烈欢迎。这套书曾在全国各大书店畅销一时，数以万计不同阶层、不同年龄的读者通过这套书学习并掌握了电脑的相关技能，给他们的工作与生活带来了希望与乐趣。

随着时间的推移，部分热心读者反映书中的一些知识落后了，希望我们能推出新的版本，有的读者则希望本套书能增加诸如网上开店、黑客攻防等新的内容。为了满足广大读者的需求，我们对“学电脑从入门到精通”系列图书进行了全新改版和内容更新，并增加了新的、流行的图书品种，内容设计上更加贴近读者。因此，不管您处在哪个层次、哪个年龄段，只要您还不会使用电脑，而且希望学到的东西不仅仅是“皮毛”，那么本套书一定可以帮您实现这个愿望。

这本书为谁而写？

《笔记本电脑使用从入门到精通》一书是为各个层次和年龄段的读者而写的。对于有一定电脑基础的读者，可通过本书全方位地学习笔记本电脑的各种最新操作，如笔记本电脑的电子商务应用、防盗措施、常见故障与排除以及日常保养和升级等，提高使用电脑的能力；对于需要学会一技之长的读者，本书可轻松帮助您学习到如安装和使用各种办公设备、组建局域网等各种实用性很强的知识；对于不会使用电脑、对笔记本电脑一窍不通的读者，本书将以最全面、最系统的讲解手法，使您很快成为笔记本电脑的使用行家。

本书的特点有哪些？

本书经过我们精心策划和编写，主要有以下一些特色。

◆ 科学的知识分布

本书包括入门篇、提高篇和精通篇，根据读者学习的难易程度，以及在实际工作中应用的轻重顺序来安排知识点，真正为读者的学习考虑。不同层次的读者可以在学习过程中有针对性地选择学习内容。如果我们把学电脑的整个过程比作3级阶梯，那每一篇就是一级阶梯，学习完一篇就能达到该阶梯所对应的高度。

◆ 清新的阅读环境



本书立足于实用性，并不像传统的教科书那样语言枯燥、无味，理论知识和实例效果生硬、无实际使用价值，而是深入考虑读者的实际需求，将内容版式设计得清新、典雅，内容实用，就像一位贴心的朋友、老师在您面前将枯燥的电脑知识娓娓道来。

◆ 专业的知识体现

为了体现本书的专业性和实用性，书中特别在每页的底部以灰色底纹隔开一段区域，在“入门篇”、“提高篇”和“精通篇”中分别设置了“行家提醒”、“专家指导”和“精讲笔录”等板块，对正文知识进行补充与提升。

◆ 光盘视频教学

本书配有多媒体教学光盘，收集了书中所有实例的素材和效果文件，并采用互动式多媒体教学方法，针对学习进度精心录制了大量的视频讲解，覆盖全书所有知识点，使读者快速学会相关操作。

本书讲些什么？

本书分为 3 篇，共 23 章，主要内容介绍如下：

- ◆ **入门篇（1~10 章，笔记本电脑的基础操作）**：主要讲解了笔记本电脑的基础知识和操作。包括笔记本电脑品牌介绍、笔记本电脑硬件构成、笔记本电脑主流技术、笔记本电脑选购、笔记本电脑操作系统的安装、笔记本电脑中鼠标的使用、启动与关闭笔记本电脑的方法、桌面图标的管理、任务栏和窗口的使用、菜单和对话框的使用、使用笔记本电脑输入文字、管理笔记本电脑中的文件、设置笔记本电脑使用环境、管理笔记本电脑中的账户以及管理笔记本电脑中的软件等知识。
- ◆ **提高篇（11~18 章，笔记本电脑的进阶应用）**：主要讲解了笔记本电脑中自带软件的使用、笔记本电脑的娱乐功能、笔记本电脑的外设管理、笔记本电脑上网、笔记本电脑的网络应用、笔记本电脑的网上交流方法、笔记本电脑的电子商务应用以及笔记本电脑的系统安全等知识。
- ◆ **精通篇（19~23 章，笔记本电脑的高级应用）**：主要讲解了各种工具软件的应用、笔记本电脑的各种高级应用技巧、笔记本电脑的防盗措施、笔记本电脑常见故障与排除以及笔记本电脑日常保养和升级等知识。

本书的创作团队

本书的创作宗旨是保证每个知识点都能让读者学有所用，因此参与本书编写的人员在电脑书籍创作上都有较高的造诣。他们是张笑、赵华君、任亚炫、丛威、陈晓颖、简超、羊清忠、宋玉霞、刘凡馨、宋晓均、范晶晶、唐青、陆小平、李显进、赵云、杨颖、张永雄、李伟、余洪、袁松涛、杨明宇、牟俊、向利、徐云江、常开忠、骆源、陈良、彭启良、刘成林、林涛、程云飞、汪科、方坤、蒲涛、张春梅、官小波、吴永恒和董娟娟等。在创作本书的过程中，他们花费了大量心血，在此表示感谢。虽然我们已尽可能将本书做到最好，但其中仍可能存在疏漏和不足之处，欢迎读者朋友不吝赐教。

怎么解决学习的疑惑？

如果您在学习过程中遇到什么困难或疑惑，可以通过 QQ 群、电子邮件或网站留言联系我们，我们会尽快为您解答。联系方式是 QQ 群：122144955，E-mail: book@jzbooks.com，网址：<http://www.jzbooks.com>。



目 录

入门篇

第1章 初识笔记本电脑 3

1.1 为什么会出现笔记本电脑 4

1.1.1 笔记本电脑的问世 4

1.1.2 笔记本电脑的发展 4

1.2 笔记本电脑到底有什么优点 5

1.3 笔记本电脑品牌介绍 6

1.3.1 国际品牌 6

1.3.2 国产品牌 9

1.4 笔记本电脑硬件构成 11

1.4.1 外部硬件 11

1.4.2 内部硬件 13

1.5 了解笔记本电脑的主流技术 ... 16

1.5.1 移动计算平台 16

1.5.2 双核酷睿技术 16

1.5.3 笔记本电脑接口 17

1.5.4 笔记本电脑配件 18

知识问答 20

知识关联 20

第2章 笔记本电脑选购攻略 21

2.1 做好选购笔记本电脑的准备 工作 22

2.1.1 市场行情要了解 22

2.1.2 品牌选择要谨慎 22

2.1.3 用途需求要清楚 23

2.1.4 资金预算要合理 23

2.2 打好笔记本电脑选购战 23

2.2.1 检验笔记本电脑的必备技能 23

2.2.2 防止买到假冒伪劣产品 25

2.2.3 注意笔记本电脑的质保与售后

服务 25

2.3 选购二手笔记本电脑 26

2.3.1 二手笔记本电脑概述 26

2.3.2 二手笔记本电脑的选购市场 26

2.3.3 检测二手笔记本电脑的各个硬件 27

2.3.4 获取更好的质保与售后服务 27

2.4 笔记本电脑选购方案推荐 28

2.4.1 适合学习使用的笔记本电脑选购 方案 28

2.4.2 适合工作使用的笔记本电脑选购 方案 29

2.4.3 适合商务领域使用的笔记本电脑 选购方案 29

2.4.4 适合娱乐使用的笔记本电脑选购 方案 30

2.4.5 适合女性使用的笔记本电脑选购 方案 31

2.4.6 适合上网使用的笔记本电脑选购 方案 31

知识问答 32

知识关联 32

第3章 为笔记本电脑安装操作 系统 33

3.1 笔记本电脑的 BIOS 设置 34

3.1.1 什么是 BIOS 34

3.1.2 如何进入笔记本电脑的 BIOS 34

3.1.3 设置笔记本电脑的 BIOS 35

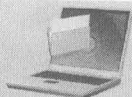
3.2 磁盘分区与格式化 39



3.2.1 认识磁盘分区与格式化	39	4.6.2 试玩“国际象棋”游戏并正确关闭 笔记本电脑	81
3.2.2 使用 Partition Magic 分区和格式化 磁盘	40	知识问答	82
3.3 安装 Windows 7 操作系统	46	知识关联	82
3.3.1 选择适合自己的 Windows 7 版本	46		
3.3.2 全新安装 Windows 7	47		
3.3.3 升级安装 Windows 7	53		
3.4 在笔记本电脑中安装双系统 ...	56		
3.4.1 了解双系统安装的相关问题	56		
3.4.2 在 Windows XP 中安装 Windows 7	57		
3.5 为笔记本电脑安装驱动程序 ...	59		
3.5.1 驱动程序的基础知识	59		
3.5.2 为笔记本电脑安装驱动程序	60		
3.6 基础实例	63		
3.7 基础练习	66		
知识问答	67		
知识关联	68		
第 4 章 笔记本电脑的基本操作	69	第 5 章 熟悉笔记本电脑中的操作 系统	83
4.1 进入笔记本电脑的操作系统 ...	70	5.1 管理 Windows 7 桌面图标	84
4.1.1 正确启动笔记本电脑	70	5.1.1 排列桌面图标	84
4.1.2 认识 Windows 7 的桌面	70	5.1.2 重命名桌面图标	84
4.2 笔记本电脑中鼠标的使用	72	5.1.3 移动桌面图标	85
4.2.1 使用笔记本电脑中特有的鼠标	72	5.1.4 添加桌面图标	85
4.2.2 使用外接鼠标	73		
4.2.3 熟悉鼠标的各种操作	73	5.2 使用 Windows 7 任务栏	87
4.2.4 认识鼠标指针的各种状态	74	5.2.1 Windows 7 任务栏新功能	87
4.3 正确关闭笔记本电脑	75	5.2.2 调整任务栏位置	90
4.3.1 关机	75	5.2.3 设置任务栏属性	90
4.3.2 其他常见操作	75	5.2.4 使用“开始”菜单	91
4.4 使用 Windows 7 帮助中心	76	5.3 使用 Windows 7 窗口	95
4.5 基础实例	77	5.3.1 认识 Windows 7 窗口组成	95
4.5.1 启动笔记本电脑和“记事本” 程序	77	5.3.2 打开与关闭窗口	95
4.5.2 重启笔记本电脑并使用帮助中心	79	5.3.3 调整窗口大小	96
4.6 基础练习	81	5.3.4 调整窗口位置	96
4.6.1 使用鼠标启动并了解“国际象棋” 游戏	81	5.3.5 切换窗口	96
		5.3.6 排列窗口	97
		5.4 使用 Windows 7 菜单与 对话框	98
		5.4.1 使用菜单	98
		5.4.2 使用对话框	98
		5.5 基础实例	99
		5.5.1 整理 Windows 7 桌面	100
		5.5.2 熟悉窗口、菜单和对话框的使用 ...	102
		5.6 基础练习	105
		5.6.1 排列桌面图标	105
		5.6.2 调整“开始”菜单、任务栏 和 Windows 7 窗口	106
		知识问答	106
		知识关联	108
		第 6 章 使用笔记本电脑输入文字	109
		6.1 键盘的使用	110



6.1.1 认识笔记本电脑的键盘	110	7.5.2 设置文件或文件夹属性	143
6.1.2 正确使用键盘输入数据	113	7.6 基础实例	144
6.2 管理 Windows 7 中的输入法 ...	114	7.6.1 创建“娱乐(E:)”磁盘体系	144
6.2.1 选择适合自己的输入法	115	7.6.2 利用“导航”窗格管理文件	147
6.2.2 利用语言栏管理输入法	115	7.7 基础练习	149
6.3 常用输入法介绍	118	7.7.1 查看和管理照片文件	149
6.3.1 微软拼音 ABC 输入法	118	7.7.2 创建“工作和学习”文件夹 体系	150
6.3.2 搜狗拼音输入法	121	知识问答	151
6.4 基础实例	125	知识关联	152
6.4.1 熟悉键位分布和指法分区	125		
6.4.2 在“记事本”程序中输入一篇 日记	127		
6.5 基础练习	129		
6.5.1 输入一封英文求职信	129		
6.5.2 撰写“人生规划”文件	130		
知识问答	131		
知识关联	132		
第 7 章 管理笔记本电脑中的文件 ...	133	第 8 章 设置笔记本电脑的使用 环境	153
7.1 认识文件与文件夹	134	8.1 打造全新的操作系统界面	154
7.1.1 认识“资源管理器”窗口	134	8.1.1 设置 Windows 7 主题	154
7.1.2 什么是文件	135	8.1.2 自定义桌面背景	155
7.1.3 什么是文件夹	136	8.1.3 设置屏幕保护程序	156
7.1.4 文件和文件夹的显示方式	136	8.1.4 更改窗口颜色和字体	158
7.2 文件或文件夹的新建与 重命名	137	8.1.5 选择适合笔记本电脑的屏幕 分辨率	159
7.2.1 新建文件或文件夹	137	8.2 合理使用桌面小工具	161
7.2.2 重命名文件或文件夹	137	8.2.1 添加小工具	161
7.3 选择、删除与恢复文件或 文件夹	138	8.2.2 设置小工具属性	162
7.3.1 选择文件或文件夹	138	8.3 设置笔记本电脑的系统声音 ...	163
7.3.2 删除文件或文件夹	139	8.3.1 更改声音方案	163
7.3.3 恢复文件或文件夹	140	8.3.2 重命名声音方案	164
7.4 文件或文件夹的移动与复制 ...	140	8.4 设置触摸板与外接鼠标	165
7.4.1 移动文件或文件夹	140	8.4.1 设置触摸板	165
7.4.2 复制文件或文件夹	142	8.4.2 更改鼠标指针外观	166
7.5 文件或文件夹的搜索与属性 设置	142	8.4.3 设置外接鼠标属性	167
7.5.1 搜索文件或文件夹	142	8.5 设置笔记本电脑的日期和 时间	168
		8.6 基础实例	169
		8.6.1 打造属于自己的操作环境	169
		8.6.2 设置系统日期和时间以及添加的 小工具	172
		8.7 基础练习	174
		8.7.1 设置屏保和屏幕分辨率	174
		8.7.2 对鼠标指针进行设置	175





知识问答	176	10.2.1 如何获取需安装的软件	195
知识关联	176	10.2.2 安装软件的一般流程	195
第 9 章 管理笔记本电脑中的账户 ..	177	10.2.3 软件安装举例	196
9.1 个人账户管理	178	10.3 软件的共性操作	197
9.1.1 更换当前账户的头像	178	10.3.1 软件的启动	197
9.1.2 为当前账户设置登录密码	179	10.3.2 软件界面的共性组成	197
9.1.3 创建新的账户	180	10.3.3 软件的退出	198
9.1.4 删除无用的账户	181	10.3.4 软件的卸载	198
9.2 来宾账户的使用	181	10.4 使用任务管理器	199
9.2.1 认识来宾账户	181	10.4.1 应用程序管理	199
9.2.2 启用与关闭来宾账户	182	10.4.2 进程管理	201
9.3 家长控制	182	10.4.3 系统资源管理	201
9.3.1 启用家长控制	183	10.4.4 用户监视	202
9.3.2 设置家长控制	183	10.5 Windows 组件的打开与	
9.4 基础实例	186	关闭	202
9.4.1 在笔记本电脑中创建新账户	186	10.5.1 查看 Windows 组件	203
9.4.2 启用并设置家长控制功能	188	10.5.2 打开与关闭 Windows 组件	203
9.5 基础练习	190	10.6 安装字体	203
9.5.1 创建标准账户并更改头像和设置		10.6.1 字体的安装	203
密码	190	10.6.2 字体的预览	204
9.5.2 设置家长控制	191	10.7 基础实例	204
知识问答	191	10.7.1 安装并启动 Windows 7 优	
知识关联	192	化大师	205
第 10 章 笔记本电脑的软件管理	193	10.7.2 利用任务管理器查看系统	206
10.1 软件的分类型	194	10.8 基础练习	207
10.1.1 系统软件	194	10.8.1 打开 Windows 组件	208
10.1.2 应用软件	194	10.8.2 卸载笔记本电脑中无用的软件 ...	208
10.1.3 工具软件	195	知识问答	208
10.2 安装软件	195	知识关联	210

提高篇

第 11 章 笔记本电脑中的实用工具 ..	213	11.1.2 “写字板”的各种常用操作	214
11.1 使用“写字板”处理文字 ...	214	11.1.3 文字输入与编辑	216
11.1.1 认识“写字板”窗口	214	11.1.4 美化文档	220
		11.2 使用“画图”程序画画	223





11.2.1 认识“画图”程序窗口	223	12.4.2 玩 Purple Place 游戏	249
11.2.2 图画的绘制	224	12.5 提高练习	250
11.3 使用“计算器”计算数据 ...	227	12.5.1 利用 Windows Media Player 看 电影	251
11.3.1 标准型计算器的使用	227	12.5.2 利用 Windows Media Center 听 音乐	251
11.3.2 计算器的其他实用功能	228	知识问答	251
11.4 其他实用工具的使用	229	知识关联	252
11.4.1 使用“放大镜”工具	229	第 13 章 笔记本电脑的外设管理	253
11.4.2 使用“屏幕键盘”工具	230	13.1 普通外设的连接	254
11.4.3 使用“截图”工具	230	13.1.1 连接 U 盘与移动硬盘	254
11.5 提高实例	231	13.1.2 连接耳机、音箱与麦克风	255
11.5.1 利用“写字板”编写“年终 总结”	231	13.1.3 连接读卡器	255
11.5.2 利用“画图”程序绘制“喜洋洋” 图像	234	13.2 办公外设的连接	256
11.6 提高练习	236	13.2.1 连接打印机	256
11.6.1 通过“写字板”制作“来年计划” 文件	237	13.2.2 连接投影仪	258
11.6.2 使用“计算器”计算自己本月 开销	237	13.3 数码产品的连接	258
知识问答	238	13.3.1 连接手机、MP3 与 MP4	259
知识关联	238	13.3.2 连接数码相机	259
第 12 章 笔记本电脑的娱乐功能	239	13.3.3 连接数码摄像机	260
12.1 媒体播放器 Windows Media Player	240	13.3.4 连接数码摄像头	260
12.1.1 认识 Windows Media Player	240	13.4 无线设备的连接	261
12.1.2 播放音乐	240	13.4.1 蓝牙的使用	261
12.1.3 播放电影	241	13.4.2 连接红外线功能设备	261
12.2 媒体中心 Windows Media Center	242	13.5 提高实例	262
12.2.1 认识 Windows Media Center	242	13.5.1 实现笔记本电脑与 U 盘的数据 交换	262
12.2.2 向媒体库中添加各种资源	242	13.5.2 连接并使用数码摄像头	264
12.2.3 以幻灯片方式播放图片	244	13.6 提高练习	265
12.2.4 播放音频、视频文件	244	13.6.1 使用读卡器与笔记本电脑交换 数据	265
12.3 玩转笔记本电脑中的游戏 ...	245	13.6.2 将笔记本电脑与蓝牙手机 相连	265
12.3.1 Purple Place	245	知识问答	266
12.3.2 Mahjong Titans	246	知识关联	266
12.4 提高实例	247	第 14 章 使用笔记本电脑上网	267
12.4.1 浏览笔记本电脑中的精美图片 ...	247	14.1 让笔记本电脑实现有线 上网	268





14.1.1 认识网络术语	268
14.1.2 ADSL 上网	268
14.1.3 小区宽带上网	269
14.2 建立局域网上网	269
14.2.1 局域网的组建	269
14.2.2 在局域网中共享并访问资源	273
14.2.3 实现局域网上网	273
14.3 轻松实现笔记本电脑无线上网	275
14.3.1 无线局域网上网	275
14.3.2 无线移动上网	275
14.3.3 常见无线移动上网推荐	276
14.4 提高实例	276
14.5 提高练习	277
知识问答	278
知识关联	278
第 15 章 笔记本电脑的网络应用	279
15.1 使用 IE 8	280
15.1.1 启动并认识 IE 8	280
15.1.2 打开并浏览网页	281
15.1.3 收藏笔记本电脑经常访问的网站	282
15.2 搜索网上资源	283
15.2.1 通过网站导航搜索	283
15.2.2 利用搜索引擎搜索	283
15.3 保存与下载网上资源	284
15.3.1 保存文字与图片	284
15.3.2 保存整个网页内容	285
15.3.3 下载其他资源	286
15.4 提高实例	286
15.4.1 利用 IE 8 收藏并访问网站	286
15.4.2 搜索并下载“木马克星”软件	287
15.5 提高练习	289
15.5.1 搜索高清图片并保存到笔记本电脑中	289
15.5.2 搜索并下载“WinRAR”压缩软件	289

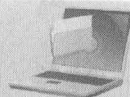
知识问答	290
知识关联	290
第 16 章 笔记本电脑的网上交流	291
功能	291
16.1 轻松学会电子邮件的收发操作	292
16.1.1 什么是电子邮件	292
16.1.2 申请专属的电子邮箱	292
16.1.3 电子邮件的撰写与发送	293
16.1.4 电子邮件的查看与回复	294
16.2 Windows Live Mail 的使用	296
16.2.1 认识 Windows Live Mail	296
16.2.2 使用 Windows Live Mail 收发电子邮件	296
16.3 使用 Windows Live Messenger	299
16.3.1 申请 Windows Live Messenger 账号	299
16.3.2 登录 Windows Live Messenger 并添加联系人	300
16.3.3 使用 Windows Live Messenger 聊天	301
16.4 提高实例	302
16.4.1 利用 Windows Live Mail 撰写并发送电子邮件	303
16.4.2 用 Windows Live Messenger 发送年货采购单	304
16.5 提高练习	307
16.5.1 查收电子邮件并进行回复	307
16.5.2 使用 Windows Live Messenger 视频聊天	307
知识问答	308
知识关联	308
第 17 章 笔记本电脑与电子商务	309
17.1 用笔记本电脑进行网上交易	310
17.1.1 注册会员	310



17.1.2 选购物品	311	18.1.4 如何更好地预防病毒与木马	332
17.1.3 网上开店	313	18.2 开启 Windows 防火墙	333
17.2 使用笔记本电脑预订商品	316	18.2.1 防火墙的开启与关闭	333
17.2.1 预订机票	316	18.2.2 管理好笔记本电脑的网络 连接	334
17.2.2 预订酒店	317	18.3 Windows 7 自动更新	336
17.3 网上求职与招聘	319	18.3.1 开启自动更新功能	336
17.3.1 网上求职	319	18.3.2 手动更新 Windows 7	337
17.3.2 网上招聘	320	18.3.3 查看与卸载更新文件	338
17.4 提高实例	321	18.4 系统的备份与恢复	338
17.4.1 在网上购买 U 盘	321	18.4.1 笔记本电脑的系统恢复功能	338
17.4.2 在网上寻找满意的工作	324	18.4.2 Windows 7 的还原系统功能	339
17.5 提高练习	326	18.4.3 使用 Ghost 备份与恢复系统	341
17.5.1 将商品信息发布到网店上	326	18.5 提高实例	345
17.5.2 预订酒店	327	18.5.1 查杀病毒和木马	345
知识问答	327	18.5.2 开启防火墙并更新系统	347
知识关联	328	18.6 提高练习	349
第 18 章 笔记本电脑的系统安全	329	18.6.1 使用 Ghost 备份系统	349
18.1 让病毒与木马无所遁形	330	18.6.2 对笔记本电脑进行木马查杀	349
18.1.1 病毒与木马究竟是什么	330	知识问答	349
18.1.2 使用杀毒软件查杀病毒	331	知识关联	350
18.1.3 使用 360 安全卫士查杀木马	331		

精通篇

第 19 章 常用工具软件大汇总	353	19.4.1 通过向导优化系统	361
19.1 WinRAR 压缩软件	354	19.4.2 清理系统	363
19.1.1 压缩文件	354	19.4.3 美化系统	365
19.1.2 解压缩文件	355	19.5 其他软件推荐	367
19.2 ACDSee 图片管理软件	356	19.5.1 下载软件	367
19.2.1 浏览图片	356	19.5.2 聊天软件	369
19.2.2 管理图片	358	19.5.3 浏览器软件	371
19.2.3 编辑图片	358	19.5.4 音/视频播放软件	373
19.3 暴风影音播放器	359	19.5.5 木马插件清理软件	375
19.3.1 使用暴风影音	359	19.6 精通实例	376
19.3.2 设置暴风影音	360	19.6.1 解压图片文件夹并浏览和编辑 图片	376
19.4 Windows 7 优化大师	361		





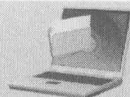
19.6.2 优化系统开/关机速度	378
19.7 精通练习	380
19.7.1 解压并播放视频文件	380
19.7.2 清理并美化系统	381
知识问答	381
知识关联	382
第 20 章 笔记本电脑高级应用技巧 ..	383
20.1 笔记本电脑电源管理介绍	384
20.1.1 笔记本电脑的节能建议	384
20.1.2 认识 ACPI 电源管理功能	384
20.1.3 认识电源模式	384
20.2 笔记本电脑的电源管理	385
20.2.1 查看笔记本电脑是否支持 ACPI 功能	385
20.2.2 设置和管理电源计划	385
20.3 笔记本电脑的系统设置	387
20.3.1 关闭默认共享功能	387
20.3.2 禁止病毒启动服务	388
20.3.3 关闭缩略图缓存	390
20.3.4 转移虚拟内存	390
20.4 修改笔记本电脑注册表	392
20.4.1 降低 CPU 负载	392
20.4.2 优化笔记本电脑内存	393
20.4.3 禁止修改 IE 主页	393
20.5 笔记本电脑网络技巧	395
20.5.1 加快局域网访问速度	395
20.5.2 删除浏览器插件	395
20.6 精通实例	396
20.6.1 更改“节能”电源计划	396
20.6.2 禁用共享服务和缩略图缓存	397
20.7 精通练习	399
20.7.1 禁止病毒启动服务并转移虚拟内存	399
20.7.2 禁止 IE 主页修改功能并加快局域网访问速度	399
知识问答	400
知识关联	400

第 21 章 笔记本电脑的防盗措施	401
21.1 笔记本电脑的安全与防盗	402
21.1.1 使用防盗锁	402
21.1.2 使用防盗栓	402
21.1.3 使用报警器	403
21.1.4 使用防盗卡	403
21.1.5 使用指纹锁	404
21.1.6 使用保险箱	404
21.2 笔记本电脑的数据安全	405
21.2.1 隐藏硬盘分区	405
21.2.2 加密文件和文件夹	406
21.2.3 加密压缩文件	408
21.2.4 隐藏 IE 收藏夹	410
21.2.5 加密 Windows Live Messenger 聊天记录	410
21.2.6 加密电子邮件	411
21.3 精通实例	412
21.4 精通练习	415
知识问答	416
知识关联	416
第 22 章 笔记本电脑常见故障与排除	417
22.1 硬件故障	418
22.1.1 笔记本电脑散热故障	418
22.1.2 笔记本电脑电池故障	420
22.1.3 笔记本电脑键盘故障	421
22.1.4 笔记本电脑液晶屏故障	422
22.1.5 笔记本电脑光驱故障	423
22.2 BIOS 与系统故障	425
22.2.1 BIOS 故障	425
22.2.2 Windows 7 系统故障	427
22.3 软件故障	428
22.3.1 办公软件故障的排除	428
22.3.2 工具软件故障的排除	430
22.4 精通实例	431
22.5 精通练习	431
知识问答	432
知识关联	432



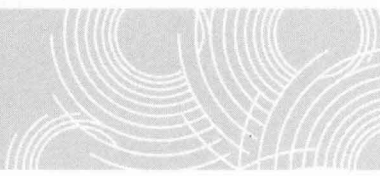
第 23 章 笔记本电脑的保养与升级策略	433
23.1 保养笔记本电脑	434
23.1.1 养成良好的笔记本电脑使用习惯	434
23.1.2 笔记本电脑外壳的保养	436
23.1.3 笔记本电脑液晶屏的保养	437
23.1.4 笔记本电脑键盘的保养	438
23.2 升级笔记本电脑	439
23.2.1 升级笔记本电脑的 CPU	439
23.2.2 升级笔记本电脑的内存条	439
23.2.3 升级笔记本电脑的硬盘	440

23.2.4 升级笔记本电脑的其他硬件	440
23.3 精通实例	443
23.3.1 为笔记本电脑进行全面的清洁 ...	444
23.3.2 升级笔记本电脑内存条	446
23.4 精通练习	447
23.4.1 清洁笔记本电脑外壳与液晶屏 ...	447
23.4.2 升级笔记本电脑硬盘	447
知识问答	448
知识关联	448
附录 A	449
附录 B	451





入门篇



第 1 章	初识笔记本电脑	3
第 2 章	笔记本电脑选购攻略	21
第 3 章	为笔记本电脑安装操作系统	33
第 4 章	笔记本电脑的基本操作	69
第 5 章	熟悉笔记本电脑中的操作系统	83
第 6 章	使用笔记本电脑输入文字	109
第 7 章	管理笔记本电脑中的文件	133
第 8 章	设置笔记本电脑的使用环境	153
第 9 章	管理笔记本电脑中的账户	177
第 10 章	笔记本电脑的软件管理	193

