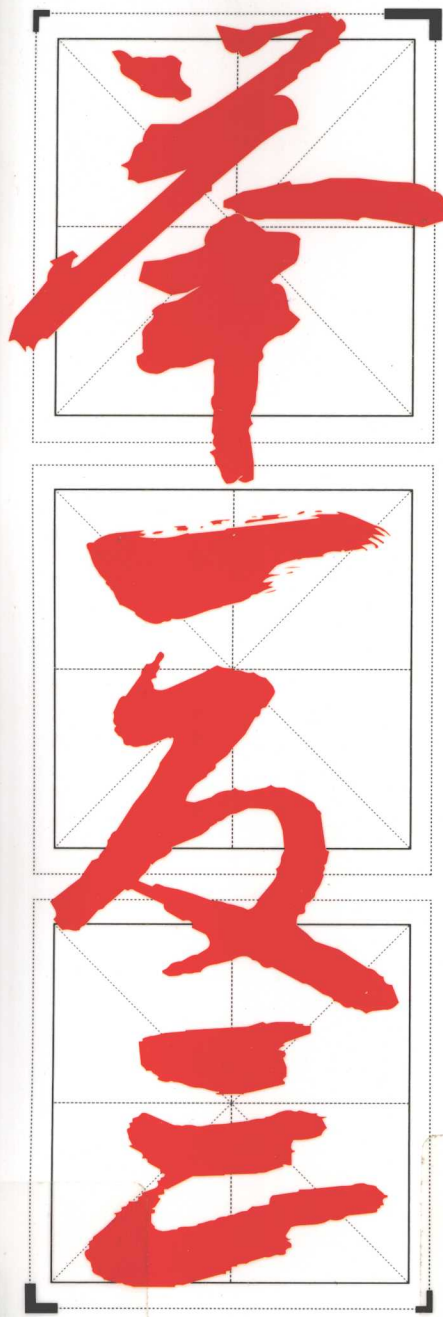




老年人学电脑

技巧总动员

企鹅工作室 张珊珊 编著



NLIC 2970668611

- ▶ **知识全面** 全面讲解系统操作、文件管理、电脑打字、网上冲浪和... 25个方面的电脑学习和使用技巧
- ▶ **技巧实用** 全书以应用技巧为主，包含60多个热点快报+200多个知识小栏目+200多个应用技巧+1000多张步骤图片
- ▶ **情景教学** 安排两个大框架、4组小栏目，打造情景学习模式，启发读者思考，达到快速上手、举一反三的目的
- ▶ **书盘结合** 配套多媒体超值教学光盘，直观、生动、互动性强，实现与书中知识相互结合、互相补充



清华大学出版社

举一反三

老年人学电脑技巧总动员

企鹅工作室 张珊珊 编著



清华大学出版社

北京

内 容 简 介

本书主要针对老年读者学电脑的需求,从零开始、系统全面地讲解老年人学电脑的各种技巧。

全书共分为15个专题、两个附录,主要内容包括:了解电脑——玩转电脑基础操作、Windows XP——轻松掌握无难事、掌控电脑——操作文件与文件夹、电脑打字——走在时代的尖端、网上冲浪——谁说只有年轻人可以玩、回忆金色年华——听民歌看经典老电影、天涯共此时——与子女亲朋在网上交流、老人也时尚——网上购物交易、全民开博——我的 Blog 我做主、你想玩什么——网上娱乐大搜索、你也来玩 PS——美化亲人照片、轻松管理照片——制作电子相册、回忆的色彩——用 Word 记录故事、生活帮手——用 Excel 轻松理财、保护电脑——电脑防护给你支招、新闻网址和文档输入快捷键等。

本书具有内容精炼、技巧实用,实例丰富、通俗易懂,图文并茂、以图析文,版式精美、双色印刷,配套光盘、互补学习等特点。本书及配套多媒体光盘非常适合老年读者选用,也可以作为电脑短训班的培训教材。

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

老年人学电脑技巧总动员/企鹅工作室,张珊珊编著. —北京:清华大学出版社,2011.3

(举一反三)

ISBN 978-7-302-24450-9

I. ①老… II. ①企… ②张… 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(2010)第 243058 号

责任编辑:邹杰 杨作梅

封面设计:杨玉兰

责任校对:李玉萍

责任印制:杨艳

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:北京四季青印刷厂

装 订 者:三河市李旗庄少明装订厂

经 销:全国新华书店

开 本:185×260 印 张:17 插 页:1 字 数:486 千字

附光盘 1 张

版 次:2011 年 3 月第 1 版 印 次:2011 年 3 月第 1 次印刷

印 数:1~4000

定 价:39.00 元

产品编号:038069-01

丛书序

学电脑有很多方法，更有很多技巧。一本好书，不仅能让读者快速掌握基本知识、操作方法，还应让读者能够无师自通、举一反三。

基于上述目的，清华大学出版社精心打造了品牌丛书——“举一反三”。本系列丛书作者精心挑选了最实用、最精炼的内容，采用一个招式对应一个技巧，同时补充讲解一个知识点的叙述方式。此外书中还穿插“内容导航、热点快报、知识补充、注意事项、专家坐堂、举一反三”等众多小栏目，采用双栏的紧凑排版方式，配合步骤、技巧，以重点、难点相对突出的精美双色印刷，并配套大容量的多媒体教学光盘，使读者能够参照书中的实际操作步骤、对照光盘快速开展实战演练，从而达到“举一反三”的目的。

丛书主要内容

如果您是一名电脑初、中级读者，那么“举一反三”丛书正是您所需要的。本丛书覆盖面广泛、知识点全面，已出版书目如下所示。

批 次	图书品种
第一批	《网上冲浪技巧总动员》
	《Windows Vista 技巧总动员》
	《Office 2007 办公技巧总动员》
	《Word 2007 排版及应用技巧总动员》
	《Excel 2007 表格处理及应用技巧总动员》
	《系统安装与重装技巧总动员》
	《数码照片拍摄与处理技巧总动员》
	《家庭 DV 拍摄与处理技巧总动员》
	《电脑硬件与软件技巧总动员》
	《电脑故障排除技巧总动员》
	《BIOS 与注册表技巧总动员》
	《电脑安全防护技巧总动员》



续表

批 次	图书品种
第二批	《AutoCAD 2010 机械绘图技巧总动员》
	《AutoCAD 2010 建筑绘图技巧总动员》
	《Flash CS5 动画设计技巧总动员》
	《Excel 2010 表格处理及应用技巧总动员》
	《Office 2010 办公应用技巧总动员》
	《Photoshop CS5 数码照片处理技巧总动员》
	《Windows 7 技巧总动员》
	《Word 2010 排版及应用技巧总动员》
	《炒股入门技巧总动员》
	《电脑常用工具软件技巧总动员》
	《电脑黑客攻防技巧总动员》
	《家庭电脑应用技巧总动员》
	《老年人学电脑技巧总动员》
	《淘宝网开店与交易技巧总动员》
	《网上开店与推广技巧总动员》
	《五笔打字与 Word 排版技巧总动员》
	《五笔字型速查技巧总动员》

丛书主要特色

作为一套面向初、中级读者的系列丛书,“举一反三”丛书具有“内容精炼、技巧实用”,“全程图解、轻松阅读”,“情景教学、快速上手”,“精美排版、双色印刷”,“书盘结合、互补学习”五大特色。

☒ 内容精炼 技巧实用

每本图书均挑选精炼、实用的内容,循序渐进地展开讲解,符合读者由浅入深、逐步提高的学习习惯。语言讲解准确、简明,读者不需要经过复杂的理解和思考,即可明白所学习的知识。

本丛书以应用技巧为主,操作步骤为辅,理论知识为补充;采用一个招式对应一个技巧,同时补充讲解一个知识点的叙述方式。对于各种需要操作练习的知识,都以操作步骤的方式进行讲解,让读者在大量的操作步骤和应用技巧中,逐步培养动手实践的能力。



☒ 全程图解 轻松阅读

本丛书采用“全程图解”的讲解方式，在以简洁、清晰的文字对知识内容进行说明后，以图形的表现方式，将各种操作步骤直观地表现出来。基本上是一个操作步骤对应一个图形，且在图形上添加步骤序号与说明，更准确地对各知识点进行操作演示，这样，既节省了版面，又增加了可视性，使读者感到轻松易学。

☒ 情景教学 快速上手

本丛书非常注重读者的学习规律和学习心态，安排了“内容导航、热点快报”学习大框架，以及“知识补充、注意事项、专家坐堂、举一反三”等学习小栏目，通过打造一种合理的情景学习方法和模式，在活泼版面、轻松阅读的同时，让读者能够主动思考、触类旁通，从而达到快速上手、举一反三的目的。

☒ 精美排版 双色印刷

本丛书采用类似杂志的版式设计，使用 10 磅字号、双栏和三栏相结合的排版方式，版式精美、新颖、紧凑，既适合阅读又节省版面，超值实用。

本丛书以黑色印刷为主，而“操作步骤、操作技巧、重点、难点、知识补充、注意事项、专家坐堂、举一反三”等特殊段落，需要读者加强学习的地方则采用双色印刷，以达到重点突出、直观醒目、轻松阅读的目的。

☒ 书盘结合 互补学习

本丛书配套多媒体教学光盘，光盘内容与书中的知识相互结合并互相补充，而不是简单的重复，具有直观、生动、互动等优点。

丛书特色栏目

作者在编写本书时，非常注重读者的学习规律和学习心态，每个专题都安排了“内容导航、热点快报”等学习大框架，以及“知识补充、注意事项、专家坐堂、举一反三”等学习小栏目，让读者可以更加高效地学习、更加轻松地掌握。

主要栏目	主要内容
内容导航	在每个专题的首页，简明扼要地介绍本专题将要学习的主要内容，使读者在学习的过程中能够有的放矢
热点快报	对本专题所讲的知识进行更准确、更全面的概括，以精练的、概括的语言列出本专题将要介绍的重要内容和经典技巧等



续表

主要栏目	主要内容
知识补充	在众多操作步骤中,穿插一些必备知识,或是本专题主要知识点、重点和难点的学习提示
注意事项	强调本专题的重点、难点,以及学习过程中需要特别注意的一些问题或事项,从而达到巩固知识,融会贯通的目的
专家坐堂	将高手在学习电脑应用过程中积累的经验、心得、教训等通通告诉你,让你快速上手、少走弯路
举一反三	对新概念、新知识、重点、难点和应用技巧通过典型操作加以体现,从而达到触类旁通、举一反三的目的

光盘主要特色

本书配备了交互式、多功能、大容量的多媒体教学光盘。书中涉及的主要内容,通过演示光盘做了必要的示范。光盘内容与图书内容相互结合并互相补充,既可以对照光盘轻松自学,又可以参照图书互动学习。配套光盘具有以下特色。

光盘特色	主要内容
功能强大	配套光盘具有视频播放、人物情景对话、背景音乐更换、音量调节、光盘目录快速切换等众多功能模块,功能强大、界面美观、使用方便
情景教学	配套光盘通过老师、学生和小精灵3个卡通人物来再现真实的学习过程,情景教学、生动有趣
互动学习	读者可跟随光盘的提示,在光盘演示中执行如单击、双击、输入、拖动等操作,实现现场互动学习的新模式
边学边练	将光盘切换成一个文字演示窗口,读者可以根据文字说明和语音讲解的指导,在电脑中进行同步跟练操作,边学边练

丛书创作团队

本丛书由“企鹅工作室”集体创作,参与编写的人员有席金兰、吴琪菊、余素芬、吴海燕、朱春英、费一峰、徐海霞、张珊珊、袁盐、何林苡、陈建良、余雅飞、任晓芳、张云霞、俞成平、王礼龙等。

由于水平有限,书中难免有疏漏和不妥之处,敬请广大读者批评指正,读者服务邮箱:ruby1204@gmail.com。

企鹅工作室

前言

本书主要针对老年读者学电脑的需求，从零开始、系统全面地讲解了老年人学电脑的各种技巧。

本书主要内容

全书精心安排了 15 个专题、两个附录的内容，以应用技巧为主，操作步骤为辅，一个招式对应一个技巧，讲解一个知识点，具体内容如下表所示。

本书专题	主要内容
专题一 老人也进步——玩转电脑基础操作	介绍动手链接电脑、键盘的使用、正确使用鼠标和快速认识电脑存储器等技巧
专题二 Windows XP——轻松掌握无难事	介绍登录和退出 Windows XP 的操作系统、更改桌面的背景和图标、调节音量大小、设置时间和日期、设置 Windows XP 桌面、设置鼠标等技巧
专题三 掌控电脑——操作文件与文件夹	介绍移动与复制文件、排列文件或文件夹、查看文件大小、创建文件或文件夹、重命名文件或文件夹、删除文件或文件夹等技巧
专题四 电脑打字——走在时代的尖端	介绍选择输入法、添加输入法、巧用全拼输入法、巧用 QQ 拼音输入法、巧用搜狗输入法等技巧
专题五 网上冲浪——谁说只有年轻人可以玩	介绍启动和关闭 IE 浏览器、设置限制访问对象网站、全屏显示网页、使用百度和谷歌等网站查看新闻等技巧
专题六 回忆金色年华——听民歌看经典老电影	介绍在线听音乐和看电影、下载音乐和电影、安装音乐播放软件 and 视频播放软件等技巧
专题七 天涯共此时——与子女亲朋在网上交流	介绍下载和安装 QQ 聊天软件、申请 QQ 号码和电子邮箱、查找和添加 QQ 好友、收发电子邮件等技巧
专题八 老人也时尚——网上购物交易	介绍申请购物网站账户、申请和注销数字证书、开通网上银行、在网上购物和付款等技巧
专题九 全民开博——我的 Blog 我做主	介绍申请 Blog 和微博、装扮 Blog 和微博、发表博文、上传照片、添加音乐等技巧



续表

本书专题	主要内容
专题十 你想玩什么——网上娱乐大搜索	介绍网上搜索营养美食、网上观光旅游、网上寻医问药、网上游戏等技巧
专题十一 你也来玩 PS——美化亲人照片	介绍 Photoshop 软件、处理曝光失误和闭眼的照片、制作素描效果和画布效果的照片、替换和更换照片颜色、删除照片中的人物等技巧
专题十二 四代同堂——制作电子相册	介绍用数码大师制作电子相册、用 ACDSee 制作电子相册、用 PowerPoint 制作电子相册、用 PhotoFamily 制作电子相册等技巧
专题十三 回忆的色彩——用 Word 记录故事	介绍启动和关闭 Word 2010、新建 Word 文档、设置段落对齐方式、设置段落边框和底纹、插入特殊符号和表格、设置打印质量等技巧
专题十四 生活帮手——用 Excel 轻松理财	介绍启动和退出 Excel 2010、新建工作簿、输入货币数据和百分比数据、插入和删除单元格等技巧
专题十五 保护电脑——电脑防护给你支招	介绍日常维护电脑、日常维护硬盘、日常维护光驱、清理磁盘、设置防护级别、查杀病毒等技巧
附录一 新闻网址	介绍一些主流新闻网址
附录二 文档输入快捷键	介绍常用的文档输入快捷键

本书读者定位

本书及配套多媒体光盘非常适合老年读者选用，也可以作为电脑短训班的培训教材。

本书还适合以下读者。

- 电脑上网初级学习者与中级提高者。
- 电脑技巧与实例爱好者。
- 老年朋友们。
- 在校中小学生。

企鹅工作室



专题一 了解电脑——玩转电脑 基础操作

1

- 技巧 1 快速认识电脑硬件..... 1
- 技巧 2 快速认识电脑软件..... 2
- 技巧 3 快速了解硬件和软件的关系..... 3
- 技巧 4 动手连接电脑的技巧..... 3
- 技巧 5 学会电脑的开机与关机..... 5
- 技巧 6 键盘的使用技巧..... 6
- 技巧 7 手握鼠标的技巧..... 8
- 技巧 8 正确使用鼠标的技巧..... 8
- 技巧 9 快速认识电脑存储器..... 10
- 技巧 10 快速认识硬盘..... 10
- 技巧 11 快速认识 U 盘..... 11
- 技巧 12 快速认识光盘..... 11

专题二 Windows XP——轻松掌握 无难事

13

- 技巧 13 正确登录 Windows XP 的
操作系统..... 13
- 技巧 14 正确退出 Windows XP 的
操作系统..... 14
- 技巧 15 快速认识 Windows XP 的桌面..... 16
- 技巧 16 巧妙更改桌面的背景..... 16
- 技巧 17 巧妙更改桌面图标..... 17
- 技巧 18 快速添加桌面快捷方式..... 18
- 技巧 19 轻松排列桌面图标..... 19
- 技巧 20 快速了解任务栏..... 19
- 技巧 21 巧为快速启动栏添加或删除
应用程序..... 20
- 技巧 22 巧妙移动语言栏的位置..... 20
- 技巧 23 轻松调节音量大小..... 21
- 技巧 24 巧妙设置日期和时间..... 21

- 技巧 25 学会使用“开始”菜单..... 21
- 技巧 26 巧妙调整和修改任务栏..... 24
- 技巧 27 快速认识窗口..... 26
- 技巧 28 学会操作 Windows 窗口..... 27
- 技巧 29 快速操作多窗口..... 28
- 技巧 30 快速认识对话框..... 29
- 技巧 31 快速设置 Windows XP 桌面..... 30
- 技巧 32 快速设置屏幕刷新频率..... 32
- 技巧 33 快速设置鼠标..... 33
- 技巧 34 让键盘符合习惯..... 34
- 技巧 35 快速为光标“换件衣服”..... 34
- 技巧 36 巧查驱动程序的安装情况..... 35

专题三 掌控电脑——操作文件 与文件夹

35

- 技巧 37 快速查看或卸载程序..... 35
- 技巧 38 快速认识文件..... 37
- 技巧 39 快速认识文件夹..... 38
- 技巧 40 快速移动与复制文件..... 38
- 技巧 41 快速为文件夹重命名..... 40
- 技巧 42 快速显示文件或文件夹..... 41
- 技巧 43 按修改时间排列文件或
文件夹..... 44
- 技巧 44 按类型排列文件或文件夹..... 44
- 技巧 45 按大小排列文件或文件夹..... 44
- 技巧 46 按名称排列文件或文件夹..... 45
- 技巧 47 巧用详细信息查看文件大小..... 45
- 技巧 48 巧用属性查看文件大小..... 45
- 技巧 49 巧将鼠标移至文件上查看
文件大小..... 46
- 技巧 50 巧妙解压文件..... 46
- 技巧 51 巧妙压缩文件..... 47

技巧 52	快速更改文件夹图标.....	47
技巧 53	快速隐藏文件或文件夹.....	48
技巧 54	共享文件或文件夹.....	49
技巧 55	快速创建文件或文件夹.....	50
技巧 56	快速重命名文件或文件夹.....	51
技巧 57	快速选中文件或文件夹.....	52
技巧 58	快速移动文件或文件夹.....	53
技巧 59	快速复制文件夹	54
技巧 60	删除文件或文件夹.....	55
技巧 61	快速在桌面操作文件 与文件夹	56
技巧 62	快速还原误删除的文件 或文件夹	57
技巧 63	快速清空回收站	57
技巧 64	巧设“回收站”属性.....	58
技巧 65	快速分类存放文件.....	58

专题四 电脑打字——走在时代的 尖端 61

技巧 66	选择喜欢的输入法.....	61
技巧 67	快速添加输入法	62
技巧 68	快速删除输入法	62
技巧 69	巧用最基本的全拼输入.....	63
技巧 70	巧用易上手的智能 ABC	64
技巧 71	巧用搜狗拼音输入法.....	66
技巧 72	巧用紫光华字拼音输入法.....	68
技巧 73	巧用 QQ 拼音输入法.....	71
技巧 74	巧用五笔字型输入法.....	74
技巧 75	巧用最方便的手写输入.....	75

专题五 网上冲浪——谁说只有 年轻人可以玩 79

技巧 76	快速启动 IE 浏览器.....	79
技巧 77	快速关闭 IE 浏览器.....	79
技巧 78	巧用 IE 浏览器.....	80
技巧 79	巧设 IE 主页.....	80
技巧 80	巧用历史记录	80

技巧 81	快速删除 IE 浏览器的 历史记录	81
技巧 82	快速设置限制访问对象的 网站	81
技巧 83	妙用 IE 查找内容.....	82
技巧 84	巧妙阻止弹出窗口	82
技巧 85	快速收藏实用网页	83
技巧 86	快速打印网页	83
技巧 87	快速保存 IE 网页.....	84
技巧 88	快速放大 IE 网页.....	86
技巧 89	快速全屏显示网页	86
技巧 90	下载网络资源	86
技巧 91	安装傲游浏览器	87
技巧 92	推荐主流网站	87
技巧 93	登录新闻网站	89
技巧 94	快速在新浪网查看新闻.....	89
技巧 95	在搜狐网查看新闻	90
技巧 96	使用百度查看新闻	90
技巧 97	使用 Google 查看新闻.....	90
技巧 98	使用 Bing 新闻搜索.....	91
技巧 99	使用百度视频搜索	91
技巧 100	使用 Google 视频搜索.....	92
技巧 101	使用 Bing 视频搜索.....	92

专题六 回忆金色年华——听民歌 看经典老电影 95

技巧 102	巧用百度 MP3 在线听音乐	95
技巧 103	巧用一听音乐网在线听音乐.....	96
技巧 104	巧用优酷网在线看电影.....	97
技巧 105	巧用土豆网在线看电影.....	98
技巧 106	巧用酷 6 网在线看电影.....	99
技巧 107	巧用 m1905 电影网在线 看电影	99
技巧 108	安装迅雷下载软件	100
技巧 109	巧妙下载音乐	101
技巧 110	巧妙下载电影	101
技巧 111	安装酷狗音乐播放软件.....	102

技巧 112	巧用酷狗播放音乐	103
技巧 113	巧用千千静听播放音乐	104
技巧 114	巧设千千静听播放模式	107
技巧 115	巧设千千静听桌面歌词	107
技巧 116	在本地电脑上看电影	108
技巧 117	快速在电脑上看碟片	110

专题七 天涯共此时——与子女亲朋 在网上交流

技巧 118	下载 QQ 聊天软件	111
技巧 119	安装 QQ 聊天软件	112
技巧 120	快速申请免费 QQ 号码	113
技巧 121	快速登录 QQ	114
技巧 122	快速查找和添加 QQ 好友	115
技巧 123	快速查找 QQ 群	116
技巧 124	快速使用 QQ 与好友聊天	117
技巧 125	使用 QQ 给好友发送图片	118
技巧 126	使用 QQ 与子女语音或 视频聊天	119
技巧 127	快速编辑 QQ 个人资料	120
技巧 128	快速开通和装扮 QQ 空间	121
技巧 129	快速申请免费电子邮箱	123
技巧 130	快速登录免费电子邮箱	123
技巧 131	快速发送电子邮件	123
技巧 132	快速接收电子邮件	124
技巧 133	快速转发电子邮件	125
技巧 134	快速删除电子邮件	126
技巧 135	快速移动电子邮件	126
技巧 136	快速添加联系人	126

专题八 老人也时尚——网上购物 交易

技巧 137	快速申请购物网站账户	129
技巧 138	快速激活支付宝	131
技巧 139	快速申请数字证书	131
技巧 140	快速注销数字证书	132
技巧 141	快速开通网上银行	133

技巧 142	快速登录网上银行	134
技巧 143	巧妙查询个人账户余额	134
技巧 144	快速给支付宝账户充值	135
技巧 145	快速在淘宝网上购买商品	136
技巧 146	巧用支付宝付款	136
技巧 147	快速实现支付宝提现	137
技巧 148	快速在易趣网上购买商品	138
技巧 149	了解安付通的使用流程	139
技巧 150	快速为安付通充值	139

专题九 全民开博——我的 Blog 我做主

技巧 151	轻松申请 Blog	141
技巧 152	快速装扮 Blog	142
技巧 153	撰写博客文章	143
技巧 154	快速上传照片	145
技巧 155	巧妙添加音乐	147
技巧 156	快速申请新浪微博账户	148
技巧 157	快速开通微博	149
技巧 158	快速装扮微博	150
技巧 159	快速发表微博文章	151
技巧 160	巧为微博上传图片	151
技巧 161	巧为微博上传视频	152
技巧 162	巧为微博添加音乐	152
技巧 163	快速删除微博的相关内容	153

专题十 你想玩什么——网上娱乐 大搜索

技巧 164	网上搜索营养美食	155
技巧 165	在网上观光旅游	155
技巧 166	巧用网上旅游类网站	156
技巧 167	巧查医院信息	157
技巧 168	巧查专家信息	158
技巧 169	巧查疾病信息	158
技巧 170	巧查药品信息	158
技巧 171	快速下载安装 QQ 游戏软件	158
技巧 172	轻松申请 QQ 游戏账号	159

技巧 173	申请账号保护	160
技巧 174	快速登录 QQ 游戏大厅	161
技巧 175	巧设游戏心语	162
技巧 176	快速安装 QQ 游戏	162
技巧 177	玩转 QQ 游戏	163
技巧 178	设置 QQ 游戏参数	164
技巧 179	查看对方游戏战绩	164
技巧 180	巧测对方网速	164
技巧 181	巧用发言	165

专题十一 你也来玩 PS——美化亲人的照片 167

技巧 182	认识 Photoshop CS5 软件	167
技巧 183	快速启动 Photoshop CS5 软件	168
技巧 184	新建画布	168
技巧 185	打开图像文件	168
技巧 186	存储图像文件	169
技巧 187	调整曝光失误的照片	169
技巧 188	快速处理闭眼的照片	170
技巧 189	快速制作扫描线效果的照片	171
技巧 190	快速制作素描效果的照片	173
技巧 191	快速制作有撕裂感的照片	174
技巧 192	快速制作画布效果的照片	175
技巧 193	快速制作有拼贴效果的照片	176
技巧 194	巧为照片添加画框	176
技巧 195	巧给照片添加新人物	178
技巧 196	快速为人物更换衣服颜色	179
技巧 197	巧将照片打造成漫画风格	180
技巧 198	巧将照片制作成墙壁旧画	183
技巧 199	巧为图片制作出彩虹效果	185

专题十二 轻松管理照片——制作电子相册 189

技巧 200	准备制作电子相册的素材	189
技巧 201	选取制作电子相册的软件	189
技巧 202	巧用数码大师制作电子相册	190
技巧 203	巧为数码大师中的照片 添加特效	191

技巧 204	巧为数码大师中的照片 添加相框	191
技巧 205	巧用 ACDSee 制作电子相册	192
技巧 206	巧用 PowerPoint 制作电子 相册	195
技巧 207	巧用 PhotoFamily 制作电子 相册	196
技巧 208	巧妙编辑 PhotoFamily 中的 照片	197
技巧 209	快速为 PhotoFamily 电子相册 添加背景音乐	198

专题十三 回忆的色彩——用 Word 记录故事 199

技巧 210	快速安装 Office 2010	199
技巧 211	快速启动 Word 2010	200
技巧 212	快速关闭 Word 2010	201
技巧 213	巧建新文档	202
技巧 214	快速使用模板创建新文档	203
技巧 215	快速输入文本内容	203
技巧 216	快速保存 Word 文档的 3 种方法	203
技巧 217	快速设置段落水平对齐方式	204
技巧 218	巧妙设置段落垂直对齐方式	205
技巧 219	巧妙设置段落首行缩进	205
技巧 220	巧妙设置段落悬挂缩进	206
技巧 221	快速使用标尺设置段落缩进	206
技巧 222	快速修改段落缩进单位	208
技巧 223	使用排序对齐段落	208
技巧 224	巧调段落的前后间距	208
技巧 225	巧妙使用功能栏调整 段落行距	209
技巧 226	快速设置最小段落行距	209
技巧 227	巧设自定义段落行距	209
技巧 228	快速解决段落和分页的问题	210
技巧 229	快速设置段落边框	211
技巧 230	快速添加段落底纹	211



技巧 231	快速插入特殊字符	212
技巧 232	快速插入表格	212
技巧 233	巧用自定义行列数插入表格	212
技巧 234	快速绘制表格	213
技巧 235	快速预览 Word 打印效果	213
技巧 236	快速设置打印质量	214
技巧 237	巧用 Word 记录一天的心情 故事	215

专题十四 生活帮手——用 Excel 轻松理财

技巧 238	快速启动 Excel 2010	217
技巧 239	快速退出 Excel 2010	218
技巧 240	了解 Excel 2010 的窗口	218
技巧 241	快速创建新工作簿	218
技巧 242	快速在单元格中输入数据	219
技巧 243	快速输入货币数据	219
技巧 244	快速输入分数	219
技巧 245	快速输入百分比数字	220
技巧 246	快速设置自动更正	220
技巧 247	巧妙插入特殊符号	221
技巧 248	巧妙撤销自动更正	221
技巧 249	设置自动插入小数点	221
技巧 250	设置输入时间和日期	222
技巧 251	巧妙打开工作簿	222
技巧 252	巧妙选取单元格	222
技巧 253	快速修改单元格内容	224
技巧 254	在多个工作表中选择 相同区域	224
技巧 255	快速设置锁定单元格	224
技巧 256	巧妙插入单元格	225
技巧 257	巧妙删除单元格	225
技巧 258	快速插入多个单元格	226
技巧 259	快速隔行插入行	226
技巧 260	巧妙插入多行	226

技巧 261	快速合并与拆分单元格	227
技巧 262	快速同时改变多行行高	227
技巧 263	快速重命名工作表	228
技巧 264	巧妙切换工作表	228
技巧 265	快速添加和删除工作表	228
技巧 266	快速设置字体格式	229
技巧 267	快速设置单元格对齐方式	229
技巧 268	快速设置单元格边框	230
技巧 269	巧设特殊边框	231
技巧 270	快速套用单元格格式	231
技巧 271	巧设单元格样式	232
技巧 272	巧用 Excel 2010 记流水账	232

专题十五 保护电脑——电脑防护 为你支招

技巧 273	日常维护电脑的技巧	235
技巧 274	日常维护硬盘的技巧	236
技巧 275	日常维护光驱的技巧	236
技巧 276	日常维护键盘、鼠标的技巧	236
技巧 277	日常维护显示器的技巧	236
技巧 278	快速清理磁盘	237
技巧 279	巧用磁盘碎片整理程序	238
技巧 280	快速启用 Windows 防火墙	239
技巧 281	快速认识电脑病毒	240
技巧 282	使用 360 安全卫士保护电脑	241
技巧 283	快速设置防护级别	242
技巧 284	快速查杀病毒	243
技巧 285	快速设置嵌入式扫描	245
技巧 286	快速清除恶意软件	246
技巧 287	快速修复系统漏洞	246
技巧 288	快速修复系统	247
技巧 289	快速清理垃圾	247

附录 1 新闻网址

附录 2 文档输入快捷键

举一反三

专题一 了解电脑——玩转电脑基础操作

内 容 导 航

随着电脑、网络的普及，学习电脑已经突破了年龄的界限，这也体现了俗话说的“活到老，学到老”。

热 点 快 报

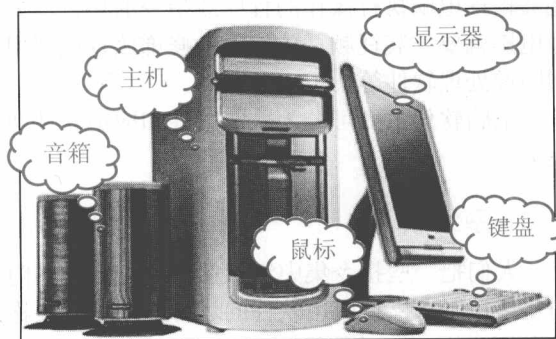
- 快速认识电脑硬件
- 动手连接电脑的技巧
- 学会电脑的开机与关机
- 键盘的使用技巧

技巧1 快速认识电脑硬件

要学习使用电脑，首先要了解电脑系统的组成。电脑系统主要由硬件和软件两部分组成。

硬件是指实际的物理设备，也就是组成电脑的各种电子器件、线路等看得见、摸得着的物理装置。

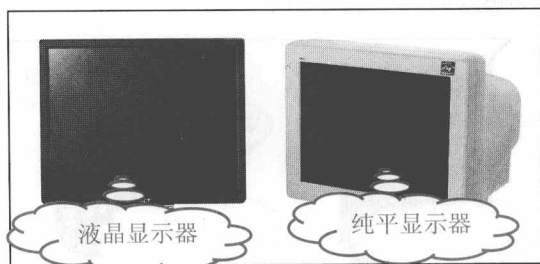
常见的电脑硬件有主机、显示器、键盘、鼠标和音箱等，如下图所示。



1. 显示器

显示器是整个电脑的核心，就像电视机一样，主要用来显示电脑中运行的信息。

显示器可以分为纯平(CRT)显示器和液晶(LCD)显示器，如下图所示。



2. 主机

主机是电脑的“心脏”，其中包括主板、中央处理器(CPU)、硬盘、电源、内存、光驱以及显卡等设备。

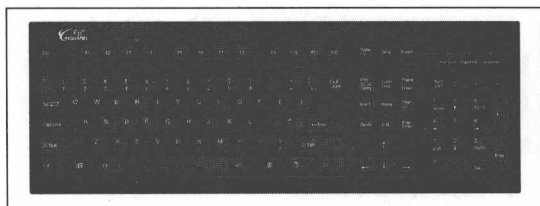
在主机面板上通常有一大一小两个按钮，大的是电源(Power)按钮，小的是重启(Reset)按钮，

如下图所示。



3. 键盘

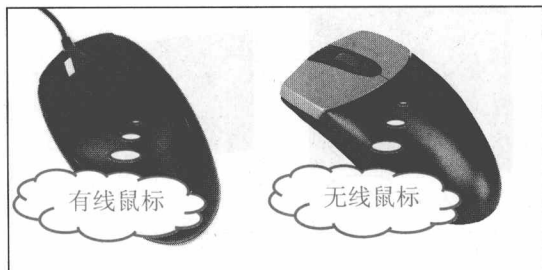
键盘是电脑最重要的输入设备之一，使用键盘可向电脑中输入信息。键盘主要用来打字或下达指令，例如输入文字、编辑文档内容等，如下图所示。



4. 鼠标

鼠标也是电脑最重要的输入设备之一，可以更加快速地对电脑下达指令。鼠标一般由左键、右键和滑轮组成。

根据鼠标线的有无，又可以分为有线鼠标和无线鼠标两类，如下图所示。



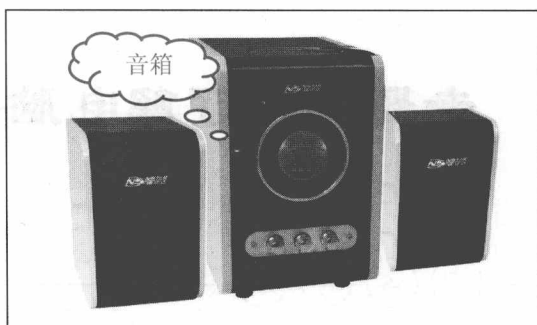
5. 音箱和耳机

音箱和耳机都是电脑最重要的输出设备之一，可以将影音文件的声音播放出来，如右上图所示。

音箱和耳机的区别在于，音箱可以在较大的空间内共享视听，不过容易受到环境的干扰，也容易造成环境的噪声污染；而耳机则只在个人两耳之间独享，既不受环境干扰，也不会造成环境噪声污染。

注意事项

耳机比音箱的定位和音场要差些，而且长期佩戴耳机对人体健康不利。



技巧2 快速认识电脑软件

电脑软件是指为了实现某些目的而编写的，能够指挥电脑执行操作的程序或指令的集合。如看电影就要安装视频播放软件，修饰照片就要用到图像处理软件等。

电脑软件主要可分为系统软件和应用软件两大类。

1. 系统软件

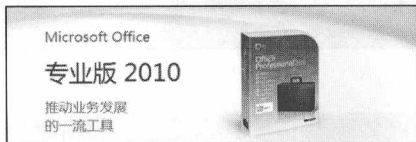
人们把一些指令集中组织在一起，形成专门的软件，用来支持应用程序的运行，这种软件称为系统软件，如下图所示。



系统软件主要包括操作系统、数据库管理系统以及编译软件等，其可管理硬件系统，使应用软件更加方便而又高效地使用这些硬件设备。

2. 应用软件

应用软件是专门为某一应用目的而编制的软件，电脑中常见的应用软件有文字处理软件、信息管理软件以及辅助设计软件等，如下图所示。



技巧3 快速了解硬件和软件的关系

没有安装系统软件的电脑称为“裸机”，裸机是无法正常工作的。而没有硬件支持的软件，也没有存在的意义。硬件与软件的关系可以形象地比喻为硬件是电脑的“躯体”，软件是电脑的“灵魂”。软件与硬件并没有绝对的界限，因为软件与硬件在功能上具有等效性。

软件具有以下一些与硬件不同的特点。

1. 表现形式不同

硬件有形，而软件无形。软件大多存在于存储介质中，如人们的脑袋里、电脑的存储器中或纸面上。软件的正确与否、是好是坏，只有在电脑上运行后才能知道。

2. 生产方式不同

软件是人们用自己的智力开发出来的，而不

是传统意义上的硬件制造。尽管软件开发与硬件制造之间有许多共同点，但两者的本质是不同的。

3. 要求不同

电脑要求硬件可以有误差，但软件却不允许有误差。

4. 维护不同

硬件是会用旧用坏的，所以平时就要注意维护；而软件在理论上是不会用旧用坏的，但实际上，软件在整个生存期中一直处于维护状态，经常会更新。

硬件和软件之间的关系可归纳为以下4点。

- 硬件和软件相辅相成，共同完成整个电脑系统的任务。
- 硬件是软件建立、运行的物质基础，软件则是硬件的灵魂。
- 没有配备系统软件的电脑称为“裸机”，不能完成任务处理功能。
- 没有了硬件，软件的功能则无法发挥，也就失去了存在的意义。

技巧4 动手连接电脑的技巧

不要认为连接电脑是一件很复杂的技术活，其实用户也可以自己动手连接。

1. 连接显示器

显示器只有连接到对应的显卡插口中才能正常工作。以液晶显示器为例，具体操作步骤如下。

- ① 将显示器数据线的一端用力插入主机板的显卡接口中，拧紧两颗螺丝固定，以防止信号线接触不良或松脱。

