

多媒体教学光盘



电脑入门从零开始的自学教程

人人学电脑

活用Windows Vista

两天即会

扬乔工作室 编

图文解析，教你学电脑从零开始
语言简洁，让阅读起来浅显易懂
目标教学，缩短熟悉电脑的时间
视频演示，基本操作一看就会用



人民交通出版社
China Communications Press

要 點 容 內

活用Windows Vista

HUOYONG Windows Vista

两天即会

LIANGTIAN JIHUI

扬乔工作室 编



人民交通出版社

内 容 提 要

本书可帮助初学者学习 Windows Vista 且在短时间内即可上手。针对初学者,本书对 Windows Vista 的必备基本操作和应用进行讲解,图文配合,用最简单、方便的方法分解操作,让读者拿来就用,实现快速上手;用通俗的语言组织文章,并穿插经验、技巧进行点拨,让读者在轻松的学习过程中掌握 Windows Vista 系统的使用方法和技巧,并达到熟练使用。为让读者循序渐进地学习,本书内容按照目标单元进行细分,既方便读者全面学习,又便于选择性地学习。本书完全针对“从零开始”学习 Windows Vista 操作系统的入门读者。本书适合不同年龄层次的电脑初学者,各类电脑培训班,大、中专院校师生及广大电脑爱好者参考使用。

图书在版编目(CIP)数据

活用 Windows Vista 两天即会 / 杨乔工作室编. —北京:
人民交通出版社, 2009. 3
ISBN 978-7-114- 07613-8

I. 活… II. 杨… III. 窗口软件, Windows Vista
IV. TP316. 7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 018577 号

书 名: 活用 Windows Vista 两天即会

著 作 者: 周业友 杨乔工作室

责任编辑: 李露春 白 倩

出版发行: 人民交通出版社

地 址: (100011) 北京市朝阳区安定门外外馆斜街 3 号

网 址: <http://www.ccpress.com.cn>

销售电话: (010) 59757969, 59757973

总 经 销: 北京中交盛世书刊有限公司

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京市密东印刷有限公司

开 本: 787 × 1092 1/16

印 张: 19

字 数: 480 千

版 次: 2009 年 3 月第 1 版

印 次: 2009 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-114- 07613-8

定 价: 28.00 元

(如有印刷、装订质量问题的图书由本社负责调换)

前言

电脑是 21 世纪重要的工具，广泛融入到人们的工作、学习、生活中。但是，大多初学电脑的朋友，入门却显得非常吃力。电脑的功能尽管很强大，但始终离不开人的操控。连接电脑与人之间的桥梁即非常重要的系统软件——操作系统。可见学习电脑掌握操作系统的应用是何等的重要。目前最新的操作系统就是 Windows Vista。

或许你听说过 Windows XP/2000/98 等名称，或许看到周边朋友也还在使用它们，但是 Windows Vista 才是最新的，是未来的趋势。如果你是初学者，那么从 Windows Vista 开始学习是最捷径的学习方案。Windows Vista 拥有非常漂亮的图画界面，操作越来越人性化，大部应用比较简单，很多操作只需要点点鼠标就能完成。

掌握 Windows Vista 是我们学习其他内容的基础，一般需要初学者尽量熟悉它。因此，为帮助用户快速掌握 Windows Vista 在各方面的使用方法和技巧，实现短期内即可上手，我们组织了长期研究电脑应用的专家，为大家出谋献策推出本书。本书精选了 Windows Vista 应用的经典案例进行讲解，不仅有带你进入 Windows Vista 的概念解释、图片展示，还有最简单、实用的案例介绍和操作方法，并穿插大量小知识、小提示、小技巧进行补充和点拨，让读者在轻松的学习过程中熟悉 Windows Vista 在各方面的应用。本书图文并茂、通俗易懂，让读者学得快，学得好，并能举一反三。

哪怕你从前没有接触过 Windows Vista，本书也能带你从零开始学习。与图书配套的光盘中不仅有视频教学演示，还有专家进行细致地解说，让你有身临其境之感，更轻松、更快地熟悉 Windows Vista。

目录

CONTENTS

学习目标 1

从基础开始——Windows Vista

桌面操作 1

一、Windows Vista 启动和退出 1

1. 熟悉鼠标操作 1
2. 启动 Windows Vista 系统 2
3. 退出 Windows Vista 系统 2

二、桌面基本操作 5

1. 桌面图标的组成 5
2. 排列桌面图标 8
3. 开启 3D 动态桌面 8

三、任务栏与“开始”菜单属性 9

1. 任务栏的组成 9
2. 设置任务栏 10
3. 设置“开始”菜单 11

四、窗口和对话框 12

1. 窗口的组成 13
2. 在窗口之间切换 15
3. 启动活动窗口预览 15
4. 窗口（对话框）的基本操作 15

五、巩固练习 17

学习目标 2

管理文件和文件夹 18

一、文件 / 文件夹和盘符 18

二、文件和文件夹基本使用 20

1. 浏览文件和文件夹 20
2. 创建文件夹 22
3. 选定文件和文件夹 22
4. 重命名文件和文件夹 23
5. 移动文件和文件夹 24
6. 复制文件及文件夹 25
7. 删除文件和文件夹 26
8. 使用与管理回收站 26
9. 压缩文件夹与解压缩文件夹 28

三、文件和文件夹高级管理 29

1. 设置资源管理器 29
2. 设置资源管理器布局 30
3. 隐藏文件和文件夹 31

4. 使用文件和文件夹的搜索功能 33

5. 创建和使用搜索文件夹 37

6. 创建文件和文件夹快捷方式 38

五、管理压缩文件 39

1. ZIP 和 RAR 压缩文件 40
2. 使用压缩和解压缩文件 40
3. 创建自解压文件 41
4. 加密压缩文件 42

六、磁盘分区格式化与拷贝 43

七、巩固练习 43

学习目标 3

设置自己喜欢的工作环境 44

一、设置个性桌面显示属性 44

1. 修改桌面背景 44
2. 设置屏幕保护程序 45
3. 更改桌面主题 47
4. 更改显示器分辨率和刷新率 48
5. 个性化颜色与外观方案 49
6. 调整字体大小 51
7. 设置桌面上图标 51
8. 设置侧边栏 52

二、个性化声音设置 54

三、设置鼠标和键盘 55

1. 个性化鼠标 55
2. 个性化键盘 56

四、系统个性属性设置 56

1. 设置系统日期和时间 56
2. 设置系统性能 58
3. 用户账户提示开关设置 60

五、添加多用户 60

1. 创建新用户 61
2. 修改账户 61
3. 启用 Guest 账户 62
4. 更改用户登录或注销方式 62
5. 用户账户禁用及激活 63

六、寻求联机帮助 64

七、巩固练习 65

学习目标 4

文档编辑与打印 66

一、选择输入法	66
1. 选择与切换输入法	66
2. 了解输入法状态窗口	67
3. 输入中文	68
二、添加、安装与卸载输入法	68
1. 添加与删除输入法	68
2. 安装输入法	70
三、安装字体	70
四、英文录入	71
1. 英文输入的基本指法	71
2. 字母的输入	72
3. 数字的输入	72
4. 指法练习软件	72
五、打印文档	73
1. 打印机设置	73
2. 直接打印文件	74
3. Word 打印文档	74
六、打印图片	75
1. 在画图程序中打印	75
2. 直接打印和 Windows 照片库中打印	75
3. 在专业软件 Photoshop 中打印	76
七、打印任务管理	76
八、巩固练习	77

学习目标 5

使用 Windows Vista 自带工具

.....	78
一、输入法	78
1. 微软拼音输入法 2007	78
2. 搜狗拼音输入法	79
3. 繁体字与特殊字符输入	80
4. 语言栏设置	80
5. 字体管理、添加与删除	81
二、记事本	82
1. 新建文件	82
2. 字体设置	83
3. 保存文件	83
三、写字板	84
1. 启动写字板	84
2. 段落对其方式	84
3. 段落制表位	84
4. 创建项目符号列表	85

四、Windows 边栏	85
1. 认识 Windows 边栏	85
2. 开启 Windows 边栏	86
3. 添加小工具	87
4. 设置和删除小工具	87
六、日历	87
1. 认识 Windows Vista 日历	87
2. 创建约会	88
3. 设定约会信息	88
4. 发送邀请邮件	89
5. 发布日历	89
6. 订阅共享日历	90
7. 轻松搜索约会信息	90
8. 为 Windows 日历添加农历	90
七、照片库	91
1. 导入数码照片	91
2. 浏览图片	91
3. 幻灯片播放器	92
4. 图片编辑	92
八、画图	93
1. 画图的组成部分	93
2. 绘制线条	93
3. 绘制形状	93
4. 擦除图片中的某部分	94
5. 保存图片	94
九、截图工具	94
1. 初识 Windows 截图工具	94
2. 使用截图工具简单截图	94
3. 保存图片	95
4. 批注与共享	95
十、轻松访问中心	95
1. 认识轻松访问	95
2. 放大镜	96
3. 讲述人	96
4. 屏幕键盘	97
5. 使计算机更易于显示	97
十一、录音机	97
1. 启动录音机程序	98
2. 录音	98
十二、Windows 联系人	100
1. 初识 Windows 联系人程序	100
2. 新建联系人信息	101
3. 更改联系人图标	101
4. 建立联系人组	101

目录

CONTENTS

十三、传真	103
1. 发送传真	103
2. 使用传真封面	104
3. 接收传真	105
十四、Windows Vista 自带的新游戏 ...	106
1. 游戏资源管理器	106
2. 厨房大赛	107
3. 厨房商店	107
4. 轻松点心	107
5. 麻将高手	108
6. 墨球	108
7. 象棋高手	108
十五、巩固练习	109

学习目标 6

安装、卸载软件与硬件 110

一、办公软件 Office2007 安装	110
1. 安装 Office 2007	110
2. 修复安装 Office 2007 组件	111
3. 卸载 Office 2007 组件	112
二、安装娱乐软件	113
1. 暴风影音	113
2. 千千静听	114
3. RealOne Player 在线娱乐	115
三、安装看图软件 ACDSee	117
四、卸载软件	120
1. 菜单命令卸载	120
2. 卸载或更改程序	120
3. 系统组件增加与卸载	121
五、安装与卸载驱动程序	121
1. 配套光盘安装	122
2. 互联网下载安装	122
3. 升级安装显卡驱动程序	123
4. 用系统自带驱动程序安装	125
5. 卸载显卡驱动程序	126
6. 显卡参数设置	127
六、安装与使用打印机	127
1. 打印机连接	128
2. 安装打印机驱动程序	128
3. 删除打印机	131
七、巩固练习	131

学习目标 7

学会浏览网页、发电子邮件和聊天 132 |

一、用 Internet Explorer 浏览网页	132
1. 浏览 Internet 信息	132
2. 搜索 Internet 信息	134
3. 快速访问网页	136
4. 文件的保存和下载	138
5. 设置 IE	143
6. 插件的启用	147
二、用 Windows Mail 发邮件	148
1. 创建用户	148
2. Windows Mail 界面	150
3. 收发邮件	151
4. 删除和保存邮件	156
5. 邮件管理	158
三、MSN Live Messenger 现代办公 ...	165
1. 申请 MSN Live Messenger 邮箱地址	165
2. MSN Live Messenger 基本操作	166
3. 用 MSN 发送文件	171
4. 共享文件夹	172
5. 保存聊天记录	174
6. 个性设置	175
四、QQ 即时交流	175
1. QQ 软件下载与安装	175
2. 申请腾讯 QQ 号	177
3. QQ 登录	179
4. QQ 聊天技巧	180
5. QQ 群使用	184
6. 语音、视频聊天	187
五、巩固练习	190

学习目标 8

影音娱乐轻松玩 191 |

一、音乐与电影播放	191
1. 播放影音文件	191
2. 媒体库管理	192
3. 调整播放器的音量与音色	195

CONTENTS 目录

4. 娱乐光盘播放	196
二、用 Windows Media Center 玩高清视频与电视	197
1. 设置向导	197
2. 导入文件夹	198
3. 享受媒体中心	199
4. 同步显示歌词	199
5. 用好媒体中心的视频调节功能	200
三、轻松刻光盘——Windows DVD Maker	201
1. Windows DVD Maker 简介	201
2. 添加图片文件	201
3. 基本选项设置	202
4. 菜单样式	203
5. 生成视频 DVD	203
四、家庭电影的制作高手——Windows Movie Maker	204
1. 导入影片素材	204
2. 编辑影片剪辑	204
3. 过渡效果	205
4. 添加背景音乐	206
5. 添加片头或片尾文字	206
6. 发布电影	207
五、巩固练习	207

学习目标 9

移动数码设备与外设使用 208

一、连接数码相机到电脑	208
1. 连接线接入法	208
2. 串行连接	209
二、连接数码摄像机采集视频	209
1. 连接数码摄像机到电脑	209
2. 导入视频到电脑	210
三、使用优盘与移动硬盘	210
四、使用读卡器访问存储卡	210
五、与 MP3/MP4 连接	211
1. MP3/MP4 与电脑连接	211
2. MP3/MP4 与电脑之间的文件传输	212
3. 取消 MP3/MP4 与电脑的连接	212
六、巩固练习	213

学习目标 10

操作系统维护与优化 ... 214

一、在线升级更新	214
1. 在线更新补丁程序	214
2. 检查已经安装更新	215
3. 深入设置更新方式	216
二、磁盘整理	217
1. 磁盘清理	217
2. 磁盘碎片整理	218
三、性能监视	219
1. 查看 CPU 使用率及其他性能信息	220
2. 查看计算机使用的内存数量	221
3. 程序、进程与服务监视	221
4. 获取计算机速度和性能信息	223
四、系统维护与优化	223
1. FAT32 转换 NTFS	223
2. 用预读设置提高系统速度	224
3. Vista 下硬盘保护技巧	226
4. 双系统之共享系统资源 减少磁盘占用	228
5. 取消显示上次登录用户名	230
五、系统减肥轻装上阵	230
1. 删除不必要的驱动程序备份	231
2. 删除无用的多媒体文件和游戏	233
3. 删除和压缩系统备份文件	234
六、Windows Vista 系统全面提速	235
1. 调整自启动程序项目	235
2. 关掉视觉增强效果	236
3. 调整索引选项	236
4. 关闭部分服务	237
5. ReadyBoost 功能	239
6. 加快 Windows Vista 开机速度	240
7. 实现 Windows Vista 快速关机	241
七、使用“超级兔子”维护系统	242
1. 系统垃圾清理	243
2. 个性系统管理	243
3. IE 修复与优化	243
4. 文件加密操作	244
5. 系统信息备份	245
八、系统备份与恢复	245
1. Windows Vista 备份还原	245

目录 CONTENTS

- 2. 调整“系统保护”磁盘占用空间 247
- 3. Windows Vista 下系统恢复后数据丢失的解决方法 247
- 九、巩固练习 248

学习目标 11

系统安全管理 249

一、让用户变得更加安全 249

- 1. 修改账户属性 249
- 2. 用户账户的删除 250
- 3. 创建密码重设盘 250

二、加密与共享安全 251

- 1. 文件夹加密 251
- 2. 为加密文件建立索引 252
- 3. 如何关闭 Windows Vista 默认共享 253

三、UAC 安全操作 254

- 1. 理解 UAC 控制功能 254
- 2. UAC 启用与禁用 255
- 3. 更改 UAC 信息提示方式 256
- 4. 禁止 UAC 提示锁定桌面 257

四、利用“家长控制”监控计算机使用 258

- 1. 准备工作 258
- 2. 设置家长控制 259
- 3. 查看孩子的使用记录 261

五、Windows Vista 防火墙 262

- 1. Windows 防火墙 262
- 2. 启用高级防火墙 263
- 3. 配置高级防火墙 265
- 4. 防火墙设置实例 265

六、Windows Defender 防御间谍程序 267

- 1. 使用软件资源管理器 267
- 2. 删除或还原隔离的项目 268
- 3. 计划扫描计算机的时间 268
- 4. 使用实时保护 269

七、安装杀毒软件 269

八、巩固练习 270

学习目标 12

组建局域网与共享资源 271

一、局域网连接 271

- 1. 局域网的拓扑结构 271
- 2. 网络规划 272
- 3. 网络连接设备 273
- 3. 双绞线制作 274

二、添加网卡驱动程序 278

三、设置网卡 IP 地址 278

四、局域网共享 281

- 1. 网络和共享中心 281
- 2. 网络映射图 281
- 3. 网络共享和发现 282
- 4. 文件夹共享 282
- 5. 高级共享 284

五、共享打印机 284

六、巩固练习 284

学习目标 13

Windows Vista 安装与重装

..... 286

一、安装 Windows Vista 286

- 1. Windows Vista 硬件需求 286
- 3. 选择安装版本 287
- 3. 准备好分区 288
- 4. 图解安装 288

二、重装前备份资料 291

- 1. QQ 资料 291
- 2. 收藏夹资料 292
- 3. MSN 数据 292

三、让 Windows XP 和 Vista 共存安装 293

- 1. 准备磁盘分区 293
- 2. 安装 Windows XP 系统 293
- 3. 安装 Windows Vista 293
- 4. 工具修改、备份引导菜单 293
- 5. 系统工具修改引导顺序 295

四、重装 Windows Vista 295

- 1. 备份系统引导文件 295
- 2. 备份 BCD 文件 296
- 3. 重装双操作系统 296
- 4. 引导菜单的恢复 296

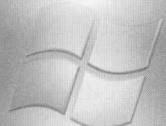
五、巩固练习 296



学习目标

Windows Vista 桌面操作

Windows



Vista

在学习 Windows Vista 之前,或许你听说过 Windows XP、Windows 2000、Windows 98 等系统的名称,其实它们和 Windows Vista 都是微软公司推出的供我们和电脑交流的界面,即操作系统,而 Windows Vista 是最新的一个版本,有非常漂亮的图画界面。有了操作系统,我们就可以在此基础上控制电脑硬件,或运行各种方便生活与学习的软件。学习操作系统的使用,都是从简单的基础开始的。目前 Windows 操作系统越来越人性化,很多操作只需要点点鼠标就能完成。特别是在 Windows XP 和 Windows Vista 之间,很多操作都是相似的,相信你学会了 Windows Vista 就能够正常使用 Windows XP 操作系统。但是 Windows Vista 有更加漂亮的界面和非常简单的操作,你一旦用了它,就会紧跟时代的潮流而忘记它之前的 Windows XP 等操作系统。下面就开始学习 Windows Vista 的各项应用。

一、Windows Vista 启动和退出

Windows Vista 的启动和退出都比较简单,只需用鼠标单击几下菜单和按钮就能完成。

1. 熟悉鼠标操作

鼠标是操作 Windows Vista 不可或缺的基本工具。灵活掌握鼠标操作,可以提高操作电脑的能力。平常使用的普通鼠标,多数至少有一个滚轮,再加左键和右键,如图 1-1 所示。操作时就是靠这 3 个可操纵的键来完成大量工作的。

抓握鼠标的方法是用手掌心轻轻压着鼠标身子,拇指和小指轻轻抓在鼠标的两侧,再将食指和中指自然弯曲,轻轻贴在鼠标的左键和右键上(不要抖),第四个无名指自然落下跟小指一起抓在侧面,这时拇指、食指、中指的指肚贴着鼠标,无名指和小指的内侧面接触鼠标侧面,重量落在手臂上,保持手臂不动,左右晃一下手腕,前后不动、鼠标不跳,即是稳住了重心。

(1) 移动鼠标是基本操作之一,在稳住重心的前

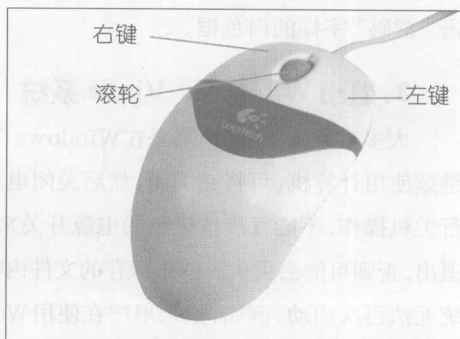


图 1-1 普通滚轮鼠标

提下,使鼠标平稳的左右、前后移动,使得显示器上的鼠标指针能听话。

左右移动时手臂不动,拇指和小指、无名指轻轻卡住鼠标,手腕左右晃动,鼠标就会跟着移动了,食指和中指老老实实休息,别帮倒忙;

前后移动要稍微难一些,拇指和小指、无名指还是要轻轻卡住鼠标,手臂稳住的同时,要把手向前或者向后拉,一次只能前后移动少量的距离,不够就用肩膀来拖动手臂整个向前推或者整个向后拉,这样鼠标就跑远了,移完还得调整鼠标的位置,轻轻抓起鼠标让它悬空,提起来放回到中间原来的地方,由于是悬空,显示器上的指针就不会乱跑了(鼠标和指针一个在桌面上一个在屏幕上)。

(2)单击鼠标是我们对电脑的图标打个招呼,表示选择它、确定它或者是指针移到一个位置。操作方法是先稳定好手臂和手掌,拇指、小指、无名指稍稍用力稳住鼠标,手心向下压着一点儿,等到都准备好了,食指轻巧的按下去,再松开,键会自己弹起来并发出清脆的“咔嗒”声。其他指头千万别动,一动就帮倒忙了,错误取消的方法是在旁边空白处单击一下。

(3)双击鼠标是发布命令,表示运行、执行、打开,操作的方法是食指快速的按两下左键,速度要快,声音要脆。要领是第一次按键点到为止,轻一些,第二次才是目的地,所以在第一次按完还没抬起的时候就要接着按第二下,错了没关系,空白处点一下,取消再来。

(4)拖动是将一个图标拖到另一个地方去或者画一个方框什么的,方法是食指按住后别松开,保持食指指肚压住,然后手腕向左或向右转动,长距离就要肩膀用力了,小范围的拖动,手腕就可以搞定,关键是食指千万别松开,一旦松开就得再来一次了。

2. 启动 Windows Vista 系统

启动Windows Vista首先需要按机箱的电源按钮给电脑接通电源。电脑通电后,会自动运行已安装到电脑上的系统,如果电脑只安装了Windows Vista,那么就会自动运行它。运行一段时间后,会出现一个登录画面,如图1-2所示,要求输入登录用户的密码。在标志有“密码”字样的输入框中输入登录用户密码,然后单击“→”按钮或按回车键就会启动Windows Vista。

如果不能在密码输入框中输入密码,则用鼠标单击“密码”字样的白色框。

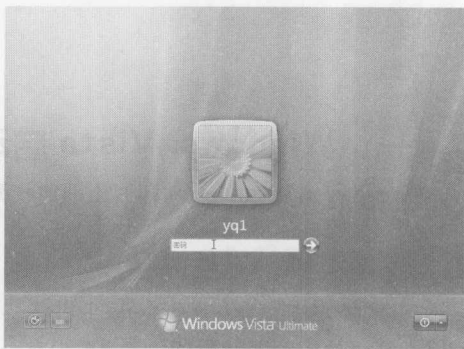


图 1-2 Windows Vista 登录界面

3. 退出 Windows Vista 系统

大多数情况下,用户都是在Windows Vista环境中进行各种操作。如果用户因为某种原因不想继续使用计算机,可将它关闭,然后关闭电源,即关机。需注意的是,用户应使用规范的关机步骤进行关机操作,不能直接按机箱的电源开关来关闭电源。但在关机之前,用户要确保已从Windows中退出,否则可能会丢失一些未保存的文件内容和破坏正在运行的程序,甚至造成致命的错误,导致系统无法再次启动。例如,如果用户在使用Word进行文档编辑时,没有退出Word程序便直接按下了电源开关,则正在编辑的文档中的数据很可能丢失。

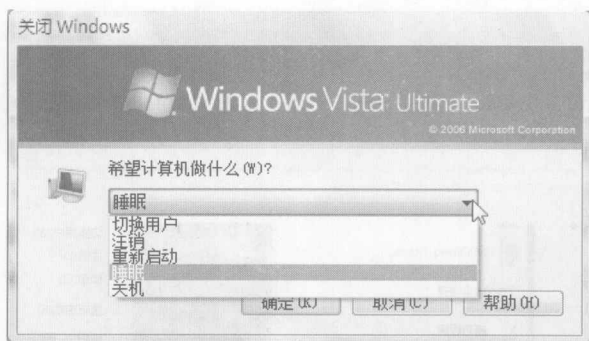


图 1-3 Windows Vista 关机方式

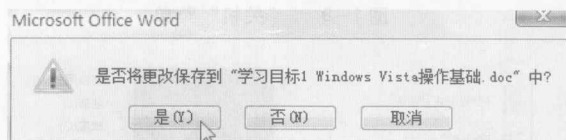


图 1-4 询问存储文档



图 1-5 “注销”菜单

和应用程序等，所以，每个用户都互不影响。

为了使用户快速方便地进行系统登录或切换用户账户，Windows提供了注销功能，通过这种功能用户可以在不必重新启动系统的情况下登录系统，系统只恢复用户的一些个人环境设置。要注销当前用户，可打开“开始”菜单（即单击最左下角的圆盘图标按钮），移动鼠标到“三角形”图标按钮上，在弹出菜单中选择“注销”命令，如图1-5所示。系统注销用户启动到登录状态，如图1-6所示。这时可以以新的用户身份重新登录。选择新用户，输入密码，如图1-7所示。如果要重新选择登

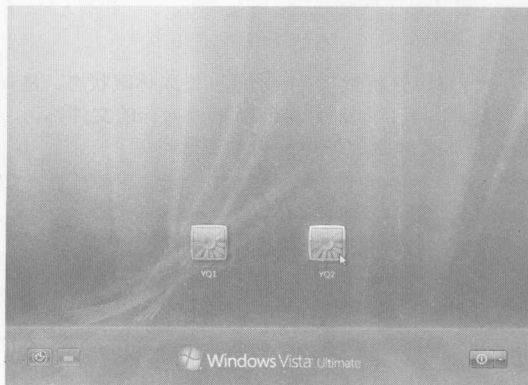


图 1-6 选择新用户

在Windows Vista中，提供了切换用户、注销、重新启动、睡眠、关机等退出方式，如图1-3所示。“切换用户”不能退出Windows Vista系统，只能关闭登录的用户回到登录画面（界面）。“重新启动”是退出系统然后重新启动电脑进入Windows Vista。下面看看其他几种关机方式的操作。

小提示

在Windows Vista中按Alt+F4键会出现“关闭Windows”界面。如果关闭前正在进行文档编辑，按该组合键后，会出现提示窗口询问是否存储文档，如图1-4所示。如果关闭前打开了多个窗口，可以多次按Alt+F4键，直到出现“关闭Windows”界面。

(1) 注销计算机

Windows Vista是一个支持多用户的操作系统，它允许多个用户登录到计算机系统中，而且各个用户除了拥有公共系统资源外，还可拥有个性化的桌面、菜单、我的文档和

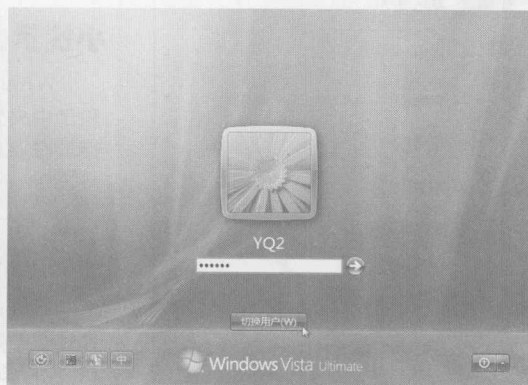


图 1-7 以其他用户账户进行登录

小技巧

用户也可以直接在“注销 Windows”对话框中单击“切换用户”按钮，以便从当前用户切换到其他用户账户环境下。

录的新用户，单击“切换用户”按钮返回选择。

(2) 关闭计算机

“关闭”命令可直接关闭计算机。在 Windows 桌面下，单击“开始”菜单，移动鼠标到“三角形”按钮，在弹出菜单中选择“关机”命令，如图 1-8 所示，系统开始关机，然后屏幕会变暗。接下来就可以关闭机箱电源了。

如果单击“关闭”按钮，Windows 将自动退出当前正在运行的应用程序。如果程序或文件需要保存则系统会提示用户，完成数据的保存后，Windows 将安全关闭计算机。

(3) 让计算机睡眠

“睡眠”可将任何打开的文档和程序保存到内存，然后使电脑进入低功耗状态。在 Windows 桌面下，单击“开始”菜单，移动鼠标到“三角形”按钮上，在自动弹出的菜单中选择“睡眠”命令，如图 1-9 所示。然后电脑进入睡眠状态。

当用户的计算机处在“睡眠”状态时，系统并没有彻底关闭，如果用户的计算机正通过调制解调器连入因特网，当有一份电子邮件发来时，系统会自动把计算机从“睡眠”状态唤醒并下载邮件，然后继续使计算机进入“睡眠”状态。当用户需要使用计算机时，只需移动鼠标或敲击键盘按键即可唤醒计算机。

显然，处于睡眠状态时，如果出现电源故障，由于你的工作只保存到内存中，可能导致工作丢失。



图 1-8 “关机”菜单



图 1-9

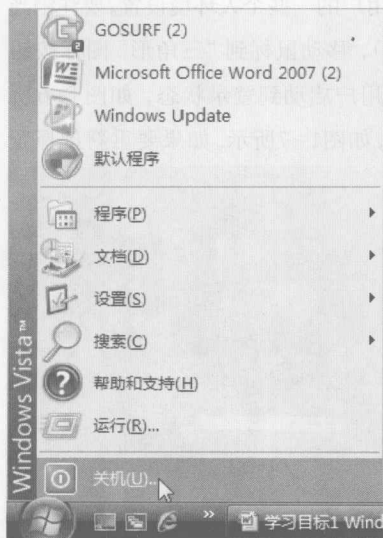


图 1-10 传统模式“关机”菜单

小提示

Windows Vista 还提供了休眠功能。进入休眠状态，是除了中央处理器外，其他的部件全部断电，内存的文件临时存放在硬盘上，而且休眠完毕不会自动删除。

小提示

如果设置“开始”菜单模式为“传统模式”，则关机操作略有差异。在 Windows 桌面下，单击菜单“开始”→“关机”，如图 1-10 所示。打开如前面的图 1-3 所示窗口。然后选择一种关机方式即可。



二、桌面基本操作

启动Windows Vista后,看到的的就是系统桌面。桌面是我们操控系统的首界面。

1. 桌面图标组成

桌面是一个非常有意义的名称,在Windows Vista操作系统的主界面中,一个个图标,一项项菜单,就像摆在我们办公桌上的文件、办公用品一样,随时可以拿取,因此,“Windows桌面”由此而来,如图1-11所示。桌面是我们认识电脑的第一步,下面我们就来看看桌面上的各种图标和菜单吧。

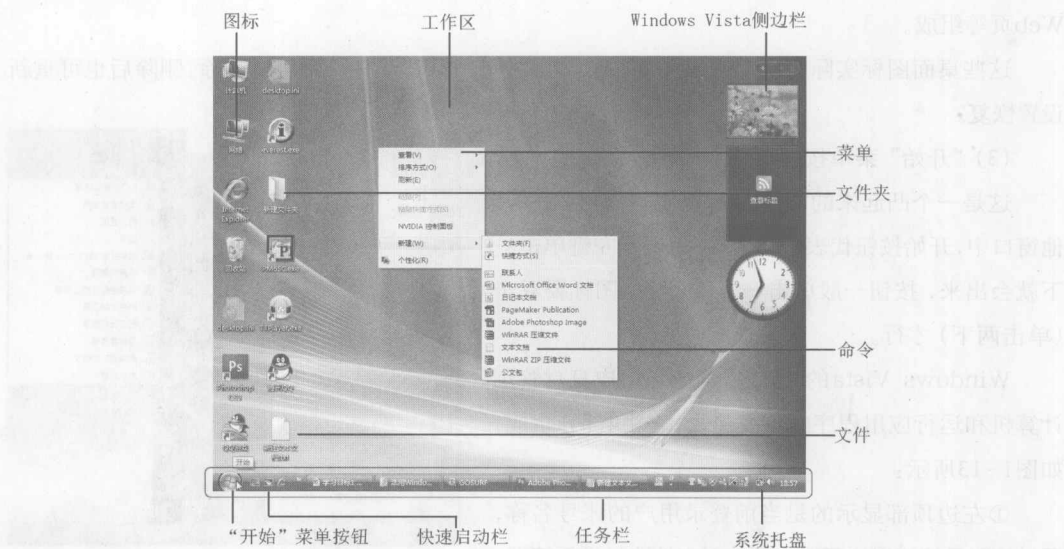


图 1-11 Windows Vista 系统桌面

(1) 工作区

桌面上的大片空白称为工作区,上面可以放置各种图标、文件、应用程序、文件夹。桌面上一般放置几个固定的图标和带箭头的快捷方式图标。

(2) 图标

图标是一个小图片下面有文字,一个图标代表一个文件或者是一个应用程序,如图1-12所示,在学习Windows系统操作,既要会认字还要会看图标,看颜色看形状。



图 1-12 桌面图标

①“计算机”图标:通过该图标,用户可以管理磁盘、文件、文件夹等内容。另外,利用其中的“控制面板”文件夹,用户可以对系统进行各种控制和管理。“计算机”是用户使用和管理计算机的最重要工具。

②“网络”图标:用于查看和管理本电脑连接局域网的共享资源。通过网络属性可以设置本电脑的网络属性,如上网地址等。

③“回收站”图标:Windows在删除文件和文件夹时并不将它们从磁盘上删除,而是暂时保存在“回收站”中,以便在需要

时进行还原。通过“回收站”图标，用户可以清除或还原在“计算机”窗口中删除的文件和文件夹。

④Internet Explorer图标：通过该图标，用户可以快速地启动Internet Explorer浏览器，访问因特网资源。另外，通过其属性对话框，用户还可以设置本地的因特网连接属性，包括常规、内容、连接和程序等。

⑤“用户文档”图标：用于查看和管理“当前登录用户”文件夹中的文件和文件夹。例如当前登录的用户是管理员用户Administrator，那么该图标的文字就是Administrator名称，用其他用户登录就是相应的用户名称。这些文件和文件夹都是由一些临时文件、没有指定路径的保存文件、下载的Web页等组成。

这些桌面图标实际上是一些快捷方式，用以快速打开相应的项目，可以删除。删除后也可重新设置恢复。

(3) “开始”菜单按钮

这是一个凸起来的立体图标，出现在菜单里和其他窗口中，开始按钮代表一个菜单，用鼠标左键单击一下就会出来，按钮一般单击一下就可以，图标要双击（单击两下）才行。

Windows Vista的“开始”菜单是用户日常管理计算机和运行应用程序的主要途径，它由4部分组成，如图1-13所示：

①左边顶部显示的是当前登录用户的账号名称，通过该账号按钮用户可以方便地对本地账号进行管理。

②在账号区下面是常规的系统菜单区域，其中的项目主要是“计算机”、“文档”、“网络”、“连接到”、“默认程序”、“控制面板”、“管理工具”、“打印机”和“运行”。通过该区域的项目，用户可以完成计算机的常规操作和计算机管理工作。

③在工作区右侧是程序启动区。该区域又被分为了3个部分，上部为程序快捷启动菜单，中间为



图 1-13 “开始”菜单



图 1-14 “所有程序”菜单



图 1-15 搜索

已经启动过的程序，下部为“所有程序”菜单。单击“所有程序”菜单，打开程序子菜单，如图1-14所示。单击程序项，就可以启动相应的程序。单击“返回”，则收缩“所有程序”菜单。

④“开始”菜单的下部是“搜索”和用户注销、关机区域。在搜索文本框中输入名称，如图1-15所示，会出现搜索的结果，需要启动



搜索项,单击它即可。这里搜索的范围较小,只限于对用户使用过的信息进行搜索。如果要大范围的搜索,则单击“搜索所有位置”菜单,然后在弹出的窗口中进行搜索。关闭搜索结果,单击搜索文本框后面的“×”按钮即可。

小提

如果用户不习惯 Windows Vista 的默认的“开始”菜单样式,可鼠标右击“任务栏”空白处,在弹出菜单中选择“属性”。打开“任务栏和【开始】菜单属性”窗口,选择“传统【开始】菜单”,如图 1-16 所示,切换到以前的 Windows 样式。

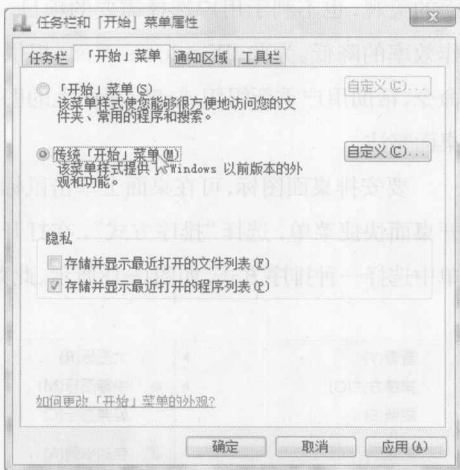


图 1-16 切换“开始”菜单样式

(4) 任务栏

桌面最下面的一个长条叫任务栏,如图 1-17 所示,目前运行的程序都会在任务栏上显示一个小格子,上面有图标和名称,表示现在正在运行,最左边是“开始”按钮,最右边是“系统托盘”。



图 1-17 任务栏

(5) 文件

在电脑中所有的数据资料都称作文件,文件可以分为系统自带的和用户自己创建的,种类有文字类、图片类、音乐类、动画类等等,文件一般放在文件夹里。

(6) 文件夹

文件夹就像是一个书包,里面可以装很多书,电脑里的文件夹是用来装文件的,且包里还可以再装包,就像书包里还有文具盒,不同类别的文件放在不同的包里。“用户图标”就代表一个文件夹。

(7) 菜单

虽然电脑已经很人性化,但本质上仍然是执行命令。我们操作电脑,就是跟计算机交流各个命令。菜单就是许多命令排列起来,让我们选择其中一个,菜单上既有文字也有图标。

(8) 命令

命令是计算机所能执行的指令,比如选择是鼠标单击,运行、打开是双击,这里的单击和双击就是两个命令,当然是电脑能理解的命令。本书中的所有命令会用双引号括起来。

(9) 系统托盘

这里运行的任务都是后台运行,一般都是音量、输入法、杀毒和时间等,这里只显示图标,一般都是自动运行的。

(10) 快速启动栏

在“开始”按钮旁边往往也有一些图标,这里就是快速启动栏,一般程序运行要双击两下,这里只要单击就可以,一般存放经常使用的程序。

2. 排列桌面图标

随着计算机的长期使用,用户可能在桌面上创建了大量的快捷方式,使桌面很乱。这既影响了桌面的美观,也不利于用户选择需要的项目,导致工作效率的降低。为此,Windows Vista提供了一些命令,帮助用户重新组织或清除桌上的图标以使桌面整洁。

要安排桌面图标,可在桌面上单击鼠标右键打开桌面快捷菜单,选择“排序方式”,在打开的子菜单中选择一种排序方式,如图1-18所示。此菜单包含一组命令:“名称”、“大小”、“类型”、“修改时间”。

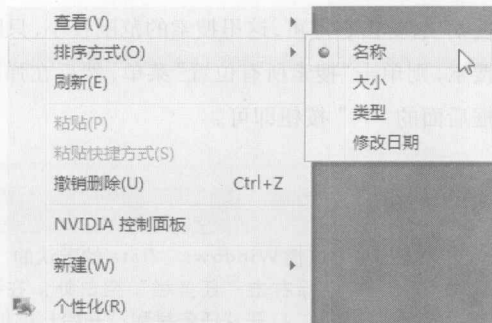


图 1-18 “排序方式”桌面快捷菜单

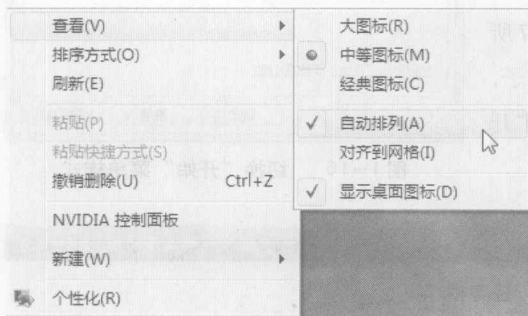


图 1-19 桌面“查看”菜单

右击桌面,选择“查看”,如图1-19所示,在子菜单中可以选择设置图标大小和自动排列。对于“自动排列”命令来说,更确切的说法是该命令只是一个选项,而不是一个命令。如果用户选择了“自动排列”选项,则不管以后用户选择何种排列方式,系统都会将图标按照既定的顺序排列。不过,图标是以平直及经过组织的网栅形式出现的,用户将无法通过鼠标拖动的方式把图标放置在希望图标存在的地方。如果用户需要自己组织图标,必须取消对“自动排列”命令的选择。

3. 开启 3D 动态桌面

第1步,单击菜单“开始”→“控制面板”,打开“控制面板”窗口,选择“外观与个性化”项,如图1-20所示。

第2步,再依次选择“个性化”→“Windows 颜色和外观”。

第3步,在打开的窗口中勾选“启动透明效果”,如图1-21所示。这样就能启动Windows Vista



图 1-20 选择“外观与个性化”



图 1-21 勾选“启动透明效果”